

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА АРМАВИРА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШАХМАТНАЯ ШКОЛА**

ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

**по игровому виду спорта
«Шахматы»**

для детей в возрасте от 5 до 18 лет

(Разработана на основе: проекта федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы (Приказ Минспорта России от 24 декабря 2012 г. № 513 «Об утверждении Федерального государственного бюджетного учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов»), Москва 2013.

Срок реализации: 8 лет

г. Армавир
2015

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира
от «02» июля 2015 года протокол № 4

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБУ ДО ДЮСШШ
г. Армавира
от «__» _____ 2015 года № ____

Составители программы:

Ургарчева Татьяна Григорьевна - директор, тренер – преподаватель МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира;

Онищук Валентина Андреевна – заместитель директора по УСР, тренер-преподаватель высшей категории МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира;

Онищук Елена Николаевна - заместитель директора по МР, тренер-преподаватель высшей категории МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира;

Калинин Геннадий Николаевич - тренер-преподаватель высшей категории МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира;

Шурдумов Хвыча Сафарбиевич - тренер-преподаватель МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира.

Рецензенты:

Алла Петровна Кара - и.о. директора Армавирского филиала ГОУ Краснодарского края ККИДППО, КИН, доцент;

Валентина Ивановна Спирина - декан социально-психологического факультета ФГБОУ ВПО АГПА, доктор педагогических наук, профессор;

Ширшиков Николай Васильевич – тренер-преподаватель высшей квалификационной категории МБУ ДО ДЮСШШ, президента АГОО «Шахматной федерации» г. Армавира, судьи всероссийской категории по шахматам.

Программа спортивной подготовки «Шахматы» предназначена для организации и планирования тренировочной работы, определения наполняемости и объема знаний на этапах тренировки, контрольных требований по этапам подготовки по шахматам в МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира.

Программа разработана в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Краснодарского края с учетом современных тенденций развития шахмат на основе передового опыта обучения и тренировки игроков в шахматы, результатов научных исследований по вопросам подготовки спортсменов, практических рекомендаций спортивной медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики, физиологии, физиологии, гигиены, психологии.

Программа раскрывает весь комплекс параметров тренировки по шахматам, включая содержание и планирование учебного материала по предметным областям и этапам подготовки, систему контрольных нормативов и требований для перевода спортсменов на следующие этапы подготовки.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	4
1.1.	Характеристика вида спорта.	4-6
1.2.	Специфика организации обучения.	6-9
1.3.	Структура системы многолетней подготовки.	9-11
1.4.	Комплектование и наполняемость тренировочных групп.	11-13
2.	Учебный план. (Тренировочный план)	13
2.1.	Основные положения.	13
2.2.	Продолжительность и объемы реализации Программы.	13-15
2.3.	Соотношение объемов тренировочного процесса	16
2.4.	Основные задачи этапов подготовки.	16-18
3.	Методическая часть.	19
3.1.	Рекомендуемые объемы тренировочных нагрузок	19
3.2.	Рекомендуемые объемы соревновательных нагрузок	19
3.3.	Минимальные и максимальные показатели соревновательной нагрузки	19
3.4.	Планирование спортивных результатов	20
3.5.	Содержание и методика работы по предметным областям и этапам подготовки	20-48
3.6.	Методические рекомендации по организации общей физической подготовки	48-50
3.7.	Методические рекомендации по организации психологической подготовки	50-51
3.8.	Методические рекомендации по организации восстановительных средств и мероприятий	51-54
3.9.	Методические рекомендации по организации инструкторской и судейской практики	54
4.	Требования к результатам освоения программы по предметным областям	54-59
5.	Промежуточная аттестация.	60
5.1.	Комплексы контрольных заданий и упражнений для оценки результатов освоения программы при проведении промежуточной аттестации.	60-62
5.2.	Нормативы по общей физической подготовки для определения уровня усвоения программы при проведении промежуточной аттестации спортсменов	63
5.3.	Методические указания по организации аттестации спортсменов	64
6.	Требования техники безопасности в процессе реализации Программы	64-66
7.	Требования к кадрам, осуществляющих спортивную подготовку	66
8.	Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса.	66-67
9.	Литература	68
9.1.	Рекомендуемая литература для тренеров-преподавателей	68-70
9.2.	Рекомендуемая литература для спортсменов	70
9.3.	Список электронных ресурсов	70
10.	План спортивно-массовых мероприятий	70-71

1. Пояснительная записка.

1.1. Характеристика вида спорта.

Шахматы - это сфера интеллектуальной деятельности, где основной формой является игра двух партнеров, в которой различные фигуры по определенным законам передвигаются на шахматной доске. Игра способствует развитию логического и творческого мышления, памяти, вырабатывает решительность, усидчивость; игра в шахматы - это школа терпения и критического подхода к себе и партнерам.

Название игры заимствовано из персидского «шах» (король, властелин). Хотя история происхождения этой игры до конца не выяснена, предполагается, что она возникла в Северной Индии приблизительно 1500 лет назад. Далее игра распространилась в Персию и Аравию. В письменном виде описание игры в шахматы встречается во многих персидских и арабских рукописях, а также в героических эпосах. В переводе с санскрита название шахматной игры означает «четырёхчленная». Отсюда следует, что в шахматы играли в то время четыре партнера. Строгая закономерность шахматной игры и многие другие ее признаки указывают на то, что она была придумана не одним человеком, а развивалась и совершенствовалась постепенно. Предполагается, что первоначально игра служила для разъяснения стратегических и тактических вопросов в военном деле. На это указывают сохранившиеся и поныне названия фигур (слон) и расположение фигур на шахматной доске, напоминающее структуру индийского войска того времени.

В 8-9 веке от арабов игра попала в Европу: сначала в Испанию, Италию и Францию. Несколько позднее шахматы по торговым путям попали на Русь.

Международная шахматная федерация (ФИДЕ) была основана в 1924 г., в настоящее время в нее входят более 100 стран. По решению конгресса ФИДЕ учреждены почетные звания для сильнейших шахматистов: «международный мастер» и «международный гроссмейстер», которые присуждаются после выполнения определенных спортивных нормативов, для судей - «международный арбитр».

Чемпионаты мира для мужчин в личном первенстве проводятся с 1886 г., в командном с 1927 г.; для женщин в личном первенстве с 1927 г., в командном с 1957 г. Европейские командные первенства для мужчин проводятся с 1955-1957 гг.

В распоряжении шахматиста должны находиться шахматная доска, шахматные фигуры, шахматные часы, бланк для записи ходов. Шахматная доска разделена на 64 одинаковых по размеру поля, 32 белых и 32 черных. Доска располагается таким образом, что клетка по правую руку шахматиста будет белой.

Шахматные фигуры. Каждый игрок располагает 16 фигурами, а именно: королем, ферзем, 2 ладьями, 2 слонами, 2 конями и 8 пешками.

Шахматные часы. Истинные спортивные показатели в шахматной игре могут быть получены лишь в том случае, если оба партнера находятся в равных условиях. С этой целью и введено положение об ограничении времени обдумывания ходов. По международным правилам каждый шахматист обязан в течение 2,5 часа сделать 40 ходов. В настоящее время в номинации «Классические шахматы» каждому партнеру отводится минимальное время на партию 1 час 05 минут. Для контроля служат шахматные часы с двумя циферблатами и приспособлением для пуска часов соперника и одновременной остановки своих. Истечение (просрочка) времени для обдумывания фиксируется специальным приспособлением (контрольным флажком) и означает поражение тому, кто не успел сделать контрольное число ходов.

В современном мире для того, чтобы играть в шахматы на высшем уровне, необходимо интенсивно заниматься с раннего детства. Государственная поддержка профессионального спорта тоже дает свои результаты – уже появляются 12-13-летние чемпионы. Особенно активно в этом плане действуют Индия и Китай, а во многих европейских странах шахматы входят в школьную программу. В Калмыкии шахматы

более 20 лет факультативно преподаются во всех школах. За это время в республике появились международные гроссмейстеры и призеры чемпионатов Европы и мира.

В настоящее время, когда весь мир вступил на новый этап развития науки и техники, культуры и экономики, передовых технологий и социальной сферы, особенно большое значение приобретает способность быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, умение анализировать её и делать логические выводы. Очень большую роль в формировании логического и системного мышления играют шахматы. Занятия шахматами способствуют повышению интеллектуального уровня учащихся, умению концентрировать внимание на решении задач в условиях ограниченного времени.

Шахматы как специфический вид человеческой деятельности получают всё большее признание в России и во всём мире. Шахматы сближают людей всех возрастов и профессий в любой части Земли. Не случайно Международная шахматная федерация (ФИДЕ) выбрала девиз: «Gens una sumus» - «Мы все - одна семья». Шахматы доступны людям разного возраста, а единая шахматная символика создаёт необходимые предпосылки для международного сотрудничества, обмена опытом. Шахматы - часть мирового культурного пространства.

О социальной значимости шахмат, их возрастающей популярности в мире можно судить по таким весомым аргументам, как создание международных организаций, занимающихся популяризацией и пропагандой шахмат, проведение всемирных шахматных олимпиад и многочисленных международных соревнований, выпуск разнообразной шахматной литературы. Для юных шахматистов Международная шахматная федерация ежегодно проводит свои чемпионаты (в разных возрастных группах: до 7, 9, 11, 13, 17 и 19-ти лет), а также Всемирную детскую Олимпиаду. Президент Международной шахматной федерации К. Илюмжинов заявил: «Одной из задач ФИДЕ является развитие детских шахмат. Вкладывая в детей, в шахматы, мы вкладываем в наше будущее».

В послании Президента Российской Федерации В.В.Путина участникам чемпионата мира по шахматам (г. Сочи, 2014 г.) сказано: «Шахматы — это не просто спорт. Они делают человека мудрее и дальновиднее, помогают объективно оценивать сложившуюся ситуацию, просчитывать поступки на несколько «ходов» вперёд. А, главное, воспитывают характер».

Шахматы по своей природе остаются, прежде всего, игрой. Сейчас шахматы стали профессиональным видом спорта, к тому же все детские соревнования носят спортивную направленность. Поэтому развитие личности ребенка происходит через шахматную игру в ее спортивной форме. Спорт вырабатывает в человеке ряд необходимых и требуемых в обществе качеств: целеустремленность, волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания, смелость, расчет, умение быстро и правильно принимать решения в меняющейся обстановке и т.д. Шахматы, сочетающие в себе также элементы науки и искусства, могут вырабатывать в учащихся эти черты более эффективно, чем другие виды спорта. Формирование этих качеств нуждается, безусловно, в мотивации, а в шахматах любое поражение и извлеченные из него уроки способны создать у ребенка сильнейшую мотивацию к выработке у себя определенных свойств характера.

Шахматы - наглядная соревновательная форма двух личностей. Шахматы нам нужны как способ самовыражения творческой активности человека. Планировать успех можно только при постоянном совершенствовании шахматиста. При этом творческий подход тренера-преподавателя является необходимым условием преподавания шахмат. Успех в работе во многом зависит от личности тренера-преподавателя, от его опыта и умения вести занятия с одновозрастными и различными по возрасту юными шахматистами, от индивидуального подхода к каждому спортсмену. В нашей работе чрезвычайно ценно интуиция тренера-преподавателя, его оптимизм, увлеченность, уверенность, работоспособность.

Шахматы как вид соревновательной деятельности в общей классификации относится, согласно Л.П. Матвееву, к группе абстрактно-игровых видов спорта, исход состязаний в которых в решающей мере определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника. Эта особенность шахмат оказывает определенное влияние на систему подготовки, в которой, в отличие от других видов спорта, центральное место занимает профессиональная шахматная подготовка, а физическая подготовка решает лишь задачи общего характера, например, развитие общей выносливости.

Процесс шахматной тренировки состоит из общей и специальной подготовки, которые взаимосвязаны друг с другом. Общая подготовка направлена, прежде всего, на всестороннее шахматное образование и развитие необходимых качеств шахматиста-спортсмена. Специальная подготовка шахматиста осуществляется в непосредственной связи с овладением и совершенствованием мастерства на базе уже приобретенных навыков и умений общей подготовки.

Вид спорта шахматы (код вида 0880002511Я), согласно Реестру видов спорта РФ, включает в себя следующие дисциплины:

шахматы - командные соревнования: 0880062511Я

шахматы: 0880012511Я

блиц: 0880022511Я

быстрые шахматы: 0880032511Я

шахматная композиция: 0880042511М

заочные шахматы: 0880052511Л

1.2. Специфика организации обучения.

Программа спортивной подготовки по шахматам МБУ ДО ДЮСШШ г. Армавира составлена в соответствии:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 07.05.2013г. с изменениями, вступившими в силу с 19.05.2013г. с изменениями и дополнениями);
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Министерства образования и науки Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам» (далее – приказ Минспорта России от 12 сентября 2013 года № 730);
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта» (далее – приказ Минспорта России от 12 сентября 2013 года № 731);
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (далее – приказ Минспорта России от 27 декабря 2013 года № 1125);
- Методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в

- Российской Федерации, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 апреля 2014 года № 279;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41;
 - Приказом Минздравсоцразвития Российской Федерации от 09.08.2010 г. № 613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»;
 - Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в физкультурно-спортивных организациях Краснодарского края по видам спорта по которым не утверждены федеральные стандарты спортивной подготовки, приказ №13 от 15.01.2015г. (министр ФКиС КК Л.А. Чернова);
 - Проекта Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы» (Приказ Минспорта России от 24 декабря 2012 г. № 513 «Об утверждении Федерального государственному бюджетному учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов»), Москва 2013.;
 - Положением о порядке организации деятельности учреждений физкультурной направленности, подведомственных УО администрации муниципального образования город Армавир;
 - Уставом МБУ ДО ДЮСШШ, лицензией и другими нормативными правовыми актами, регламентирующими деятельность в области физической культуры и спорта.

АКТУАЛЬНОСТЬ И НОВИЗНА данной программы состоит в том, что большое внимание уделяется не только формам работы, направленным на интеллектуальное и физическое совершенствование спортсменов, достижение ими высоких спортивных показателей, но и методике выработки положительных социальных качеств личности – стрессоустойчивости и эмоционально-личностной адекватности, критичности мышления и креативности.

ПРОГРАММА СОСТАВЛЕНА НА ОСНОВЕ:

- проекта федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы (Приказ Минспорта России от 24 декабря 2012 г. № 513 «Об утверждении Федерального государственному бюджетному учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов»), Москва 2013.
- приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;
- Программы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ Олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства, М.: Главное спортивно-методическое управление, 1979.

Основное содержание обучения утверждено в проекте федерального стандарта спортивной подготовки и раскрывается в последующих разделах данной Программы.

Соответственно, утверждены наименования групп: этап начальной подготовки – ЭНП, тренировочный этап – ТЭ.

Данная программа предназначена для спортивных школ по шахматам. Учебный материал программы излагается для этапа начальной подготовки, тренировочного этапа (базовая подготовка), тренировочного этапа (спортивной специализации 1-го и 2-го года, углубленной специализации 3-го, 4-го, 5-го года).

Такая структура программы позволяет тренерам-преподавателям осуществлять единое направление в тренировочном процессе.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: создание единого педагогического пространства, обеспечивающего полноценные условия для умственного и физического воспитания личности, выявление одаренных детей, получение ими не только начальных знаний о физической культуре и спорте в области шахматной игры, но и углубленной специализации, успешного изучения шахмат, саморазвития и самореализации личности всех участников тренировочного процесса (тренеров-преподавателей, спортсменов, родителей).

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- развитие творческих и спортивных способностей спортсменов, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья спортсменов;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- формирование спортивной мотивации и устойчивого интереса к шахматам;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в шахматах;
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта шахматы;
- подготовка сборных команд города по шахматам;
- подготовка спортсменов-инструкторов и судей по спорту из числа спортсменов.

В основу Программы заложены основополагающие принципы спортивной подготовки, результаты научных исследований и передовой спортивной практики с учетом многолетнего опыта работы тренеров-преподавателей, направленные на подготовку квалифицированных шахматистов.

Принцип комплексности предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон образовательного и тренировочного процессов (теоретической, психологической и физической подготовки, педагогического контроля).

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам тренировки с учетом преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок.

Принцип вариативности предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных способностей спортсменов вариативность программного материала для практических занятий, характеризующуюся разнообразием средств и методов тренировки, направленных на решение определенных задач подготовки.

Программа направлена на:

- отбор одаренных спортсменов;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития спортсменов;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в виде спорта шахматы;

- подготовку одаренных спортсменов к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Программа соответствует федеральным государственным требованиям и учитывает:

- 1) требования проекта Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы;
- 2) возрастные и индивидуальные особенности учащихся при занятиях шахматами.

Программа регламентирует организацию и планирование тренировочного процесса шахматистов.

1.3. Структура системы многолетней подготовки.

Система многолетней спортивной подготовки представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп, которая основана на целенаправленной умственной активности: оптимальное соотношение процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования специализированных умений и навыков.

Срок реализации программы 8 лет и содержит три этапа подготовки: начальной подготовки, тренировочный (базовой подготовки), тренировочный этап (спортивной специализации).

Программа может реализовываться в сокращенные сроки: в соответствии с положением «О сокращенной реализации программы»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Учебная дисциплина: шахматы.

Место проведения занятий: специально оборудованные учебные кабинеты на базе МБУ ДО ДЮСШШ и учебные кабинеты на базах общеобразовательных школ.

Возраст спортсменов: 5-18 лет.

Спортсмены, успешно проходящие спортивную подготовку и выполняющие требования программы спортивной подготовки, могут продолжать тренировочный процесс в учреждении до полного освоения Программы и не могут быть отчислены по возрастному критерию.

Формы занятий: основными формами при реализации программы спортивной подготовки в учреждении являются:

- **групповые и индивидуальные тренировочные занятия**, тренировочная группа сформирована с учетом возрастных особенностей и уровня спортивной подготовки спортсменов: изучение дебютов, миттельшпиля, эндшпиля, выполнение упражнений, решение задач, этюдов, комбинаций;
- **работа по индивидуальным планам**, самостоятельная работа спортсменов;
- **участие в спортивных соревнованиях**, матчевых встречах, командных, личных первенствах, сеансах одновременной игры, быстрых шахматах, разбор и анализ сыгранных партий;
- **учебно-тренировочные сборы на выезде** (выборочно в соответствии с перечнем проведения тренировочных сборов и с учетом календаря спортивной работы МБУ ДО ДЮСШШ);

- *медико-восстановительные мероприятия* (прохождение медкомиссии в центре медицинской профилактики);
- *инструкторская и судейская практика*;
- *выполнение контрольно-нормативных и переводных требований* (промежуточная аттестация спортсменов, тестирование и контроль).
- *спортивно-оздоровительная площадка* (на базе МБУ ДО ДЮСШШ и общеобразовательных школ)

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам и периодам подготовки:

1) Первый этап – этап начальной подготовки (ЭНП-1, ЭНП-2, ЭНП-3).

Этот этап предназначен для шахматистов, не имеющих спортивного разряда, рассчитан на 3 года. В итоге спортсмены должны получить представление об основных правилах игры, ознакомиться с историей возникновения и развития шахмат, творчеством выдающихся шахматистов. После окончания начального этапа спортсмены должны знать: принципы игры в дебюте, основные тактические приемы, некоторые шахматные термины (дебют, миттельшпиль, эндшпиль и т.д.). В процессе обучения используются различные формы и методы подачи материала:

- 1) Тренировочные занятия (теоретические и практические);
- 2) конкурсы решения задач;
- 3) индивидуальные занятия;
- 4) участие в турнирах.

Большое значение при изучении шахматного курса имеет специально организованная игровая деятельность на учебных занятиях, использование приема разыгрывания учебных заданий, создание игровых ситуаций. Стержневым моментом занятий становится деятельность самих спортсменов, когда они наблюдают, сравнивают, классифицируют, делают выводы, выявляют закономерности.

2) Второй этап – этап базовой подготовки (ТЭ-1, ТЭ-2).

Этот этап подготовки для шахматистов 3ю, 2ю, 1ю, 3 разряда. Рассчитан на два года. По сравнению с начальным обучением увеличивается роль самостоятельной и индивидуальной работы. Прививаются навыки работы со специальной литературой. Добавляются новые формы и методы подачи материала и практической деятельности:

- 1) конкурсы решения комбинаций, задач, этюдов и т.д.;
- 2) разбор и анализ партий.

В процессе формирования игровых навыков решение комбинаций дополняется заданиями логического характера, нацеливающими спортсменов на анализ ситуации, логическое размышление и выяснение причинно-следственных связей, способствующих возникновению той или иной позиции или игровой ситуации. Изучение комбинаций способствует усилению концентрации внимания, так как требуется быстрый и точный расчет вариантов и предупреждение возможных контрударов противника.

3) Третий этап – этап спортивной специализации (ТЭ-3, ТЭ-4, ТЭ-5).

Этот этап спортивной специализации рассчитан на три года для шахматистов 3, 2, 1 спортивных разрядов. Целью данного этапа является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 2 и 1 спортивного разряда, углубленное изучение шахматной теории для дальнейшего спортивного совершенствования. По сравнению с предыдущими этапами возрастает сложность материала. Спортсмены должны прилагать максимум усилий для развития таких качеств как усидчивость, настойчивость, трудолюбие и

самодисциплина. К каждой отдельной партии требуется специальная подготовка, в том числе устранение собственных слабостей и недостатков; учет сильных и слабых сторон противника. На данном этапе обучения важную роль играет работа с компьютером.

Методы работы на занятии в основном остаются теми же, но появляются и новые формы:

- 1) анализ партий с помощью компьютера
- 2) работа с базами данных;
- 3) игра в шахматы с компьютером
- 4) конкурсы решения этюдов, задач, комбинаций;
- 5) анализ критических позиций с использованием компьютерных программ.

Проведение конкурсов решения комбинаций, этюдов, сложных задач способствует росту творческой активности спортсменов, а дух соперничества приводит к повышению результативности работы. Конкурсы проводятся с разным уровнем сложности заданий в зависимости от года освоения программы. При проверке решений учитывается правильность и полнота решения, ход рассуждений, оригинальность решения.

Работа с компьютером способствует повышению спортивного мастерства, обучению работе с вычислительной техникой и ее правильным использованием. Этот этап подготовки требует напряженного самостоятельного труда и приводит к творческому росту. Как правило, спортсмены, достигшие высокого уровня шахматного мастерства, превосходно учатся в общеобразовательной школе. В дальнейшем они без особых проблем поступают в высшие учебные заведения и по окончании их становятся успешными специалистами в любых областях промышленности, науки, здравоохранения и т.п.

1.4. Комплектование и наполняемость тренировочных групп.

Комплектование на этап начальной подготовки первого года (ЭНП) в МБУ ДО ДЮСШШ осуществляется путем зачисления всех желающих заниматься шахматами, прошедших вступительные испытания, не имеющих медицинских противопоказаний (медицинский допуск к занятиям).

Группы тренировочного этапа (ТЭ) комплектуются спортсменами, не имеющими медицинских противопоказаний (медицинский допуск к занятиям), прошедшими необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года, при условии выполнения ими промежуточной аттестации по общей и специальной физической подготовке, установленных учебными программами. Досрочный перевод спортсменов на тренировочном этапе обучения проводится при условии прохождения учебных тем экстерном по индивидуальным планам подготовки и сдачи промежуточной аттестации.

В основу комплектования учебных групп положена научно обоснованная система многолетней подготовки с учетом особенностей развития и возрастных закономерностей успешного спортивного роста учащихся. Перевод спортсменов на следующие года освоения программы и увеличение тренировочных и соревновательных нагрузок обуславливается уровнем общей и специальной физической подготовленности, состоянием здоровья, уровнем спортивных результатов.

Наполняемость групп и объем тренировочной нагрузки определяется в таблице №1:

Рекомендуемая наполняемость групп по годам тренировки

Этап подготовки	Период	Минимальная наполняемость группы (чел.)	Оптимальный количественный состав группы (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел.)	Оптимальный объём тренировочной нагрузки в неделю в академических часах	
Этап начальной подготовки	Первый год	10	14-16	25	6	
	Второй год	10	12-14	20	8	
	Третий год	8	12-14	20	8	
Тренировочный этап	Этап базовой подготовки	Первый год	6	10-12	14	9
		Второй год	6	10-12	14	9
	этап спортивной специализации	Третий год	1	8-10	12	12
		Четвертый год	1	8-10	12	12
		Пятый год	1	8-10	12	12

Примечание:

- При проведении занятий со спортсменами из различных групп максимальный количественный состав определяется по группе, имеющей меньший показатель на тренировочном этапе. Например:
 - при объединении в расписании в одну группу на тренировочном этапе и на этапе начальной подготовки (свыше одного года) максимальный количественный состав не может превышать 14 человек;
 - при объединении групп тренировочного этапа углублённой специализации и начальной специализации максимальный количественный состав не может превышать 12 человек;
- Разница между спортивной подготовкой спортсменов не должна превышать двух спортивных разрядов, что является условием объединения групп. (Например: 3ю -2ю - 1ю или 1ю - 3 - 2 и др.)

При необходимости объединения в одну группу спортсменов, разных по возрасту, уровню подготовленности, разница в уровне спортивной подготовленности не должна превышать двух спортивных разрядов. В зависимости от конкретных условий требования к разрядным нормам могут незначительно меняться.

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха учащихся, графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой и досуговой деятельности.

Продолжительность одного занятия в день не должна превышать:

- в группах начальной подготовки всех годов – 2-х часов;
- в тренировочных группах всех годов – 3-х часов.

В исключительных случаях, во время каникул в общеобразовательных учреждениях, тренировочные занятия могут увеличиваться в группах ЭНП до трех часов, в группах ТЭ до четырех часов в день.

Продолжительность одного академического часа равняется: в группах ЭНП - 40 минут, ТЭ - 45 минут.

В течение года на этапах подготовки, для проверки результатов освоения нормативных требований в соответствии с Программой, спортсмены выполняют контрольные и проверочные работы, тесты, принимают участие в олимпиадах по решению задач и комбинаций. В феврале проводится промежуточная аттестация по ОФП (общая физическая подготовка) и СФП (специальная физическая подготовка).

После каждого года тренировочного процесса на этапах подготовки, для проверки результатов освоения Программы, выполнения нормативных требований, спортсмены сдают нормативы промежуточной аттестации. По результатам сдачи нормативов промежуточной аттестации осуществляется перевод спортсменов на следующий этап подготовки реализации Программы. По окончании Программы и на основании результатов сдачи нормативов выдается свидетельство об освоении Программы спортивной подготовки «Шахматы». Спортсменам, не освоившим полный курс (по разным причинам), выдается справка.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН)

2.1. Основные положения.

Организация тренировочного процесса в учреждении строится на основе учебного плана, разрабатываемого учреждением самостоятельно, в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта шахматы.

Непрерывность освоения обучения Программы в каникулярный период обеспечивается следующим образом:

- участием спортсменов в спортивных соревнованиях;
- участием спортсменов в тренировочных сборах;
- участием спортсменов в спортивно-оздоровительных площадках или лагерях;
- самостоятельная работа спортсменов по индивидуальным планам подготовки.

Самостоятельная работа спортсменов допускается, начиная с этапа начальной подготовки. На самостоятельное изучение предпочтительнее выносить такие предметные области, как физкультура и спорт в России, шахматный кодекс, организация и судейство соревнований, первоначальные понятия о шахматах, история развития шахматной игры, общефизическая подготовка. Тренер-преподаватель осуществляет контроль за самостоятельной работой спортсменов на основании сдачи промежуточной аттестации.

2.2. Продолжительность и объемы реализации Программы.

В процессе реализации учебного плана необходима рациональная система применения тренировочных и соревновательных нагрузок. Она строится на основе следующих методических задач:

- ориентация уровня нагрузок юных спортсменов на соответствующие показатели, достигнутые сильнейшими спортсменами;
- увеличение темпов роста нагрузок на этапах;
- соответствие уровня тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню подготовленности юных спортсменов;
- учет закономерностей развития и взаимосвязи физиологических систем растущего организма спортсмена.

С учетом изложенных задач в таблице №2 представлен годовой учебный план с расчетом на 52 недели: 46 недель (43 недели занятий и 3 недели – проведение промежуточной аттестации) и 6 недель — в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха.

В данном плане часы распределены не только по годам и этапам, но и по времени на основные предметные области: физкультура и спорт в России, правила вида спорта шахматы, организация и судейство соревнований, организация и судейство соревнований, спортивный режим и физическая подготовка шахматиста, история развития шахматной игры, первоначальные понятия о шахматах, дебют, миттельшпиль, эндшпиль, классификационные турниры, разбор и анализ партий, конкурсы решения, сеансы одновременной игры, самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период), спортивно-оздоровительная работа, выполнение контрольно-нормативных и переводных требований, общефизическая подготовка, тренировочные сборы (ТС) и сессии.

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
по программе спортивной подготовки по игровому виду спорта «Шахматы» (на 52 недели)

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки															
		Этап начальной подготовки						Тренировочный этап									
								этап базовой подготовки					этап спортивной специализации				
		1 год / 6		2 год / 8		3 год / 8		1 год / 9		2 год / 9		3 год/12		4 год/12		5 год/12	
1.	Теоретическая подготовка	44	-	58	-	58	-	66	-	66	-	84		84		84	
1.1	Физкультура и спорт в России	1	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1	-
1.2	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	1	-	1	-	1	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-
1.3	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	1	-	2	-	2	-	2	-	2	-	3	-	3	-	3	-
1.4	История развития шахматной игры	2	-	6	-	6	-	6	-	6	-	8	-	8	-	8	-
1.5	Первоначальные понятия о шахматах	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1.6	Дебют	10	-	14	-	14	-	15	-	15	-	20	-	20	-	20	-
1.7	Миттельшпиль	10	-	20	-	20	-	25	-	25	-	30	-	30	-	30	-
1.8	Эндшпиль	10	-	14	-	14	-	15	-	15	-	20	-	20	-	20	-
2.	Практическая подготовка Избранный вид спорта. Развитие творческого мышления:	-	268	-	358	-	358	-	402	-	402	-	540	-	540	-	540
2.1	Первоначальные понятия о шахматах	-	18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2.2	Дебют	-	20	-	38	-	38	-	45	-	45	-	60	-	60	-	60
2.3	Миттельшпиль	-	20	-	38	-	38	-	47	-	47	-	72	-	72	-	72
2.4	Эндшпиль	-	20	-	38	-	38	-	45	-	45	-	60	-	60	-	60
2.5	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	1	-	1	-	3	-	3	-	3	-	3	-	3
2.6	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	-	46	-	68	-	68	-	72	-	72	-	76	-	76	-	76
2.7	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	-	17	-	26	-	26	-	30	-	30	-	30	-	30	-	30
3.	Общезащитная подготовка	-	43	-	43	-	43	-	43	-	43	-	86	-	86	-	86
4.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	-	68	-	90	-	90	-	102	-	102	-	138	-	138	-	138
5.	Спортивно-оздоровительная работа	-	16	-	16	-	16	-	15	-	15	-	15	-	15	-	15
6.	Медицинское обследование	справка															
		-	-	-	-	-	-	-	3	-	3	-	6	-	6	-	6
Общее количество тренировочных часов в год		44	268	58	358	58	358	66	402	66	402	84	540	84	540	84	540
		312		416		416		468		468		624		624		624	
Количество часов в неделю		6		8		8		9		9		12		12		12	
Количество тренировок в неделю		3		4		4		3		3		4		4		4	
Общее количество тренировок в год		156		208		208		156		156		208		208		208	
7.	Максимальные и минимальные объемы соревновательной нагрузки, из них (количество): - соревнований	3/4		4/6		4/6		5/7		5/7		6/7		6/7		6/7	
	- матчевых встреч, турниров	1/2		2/3		3/4		5/6		6/7		6/7		7/8		7/8	
8.	Тренировочные сборы	Выборочно в соответствии с перечнем проведения учебно-тренировочных сборов и с учетом календаря спортивной работы МБУ ДО ДЮСШШ															
9.	Промежуточная аттестация	Два раза в год по плану МБУ ДО ДЮСШШ															

2.3. Соотношение объемов тренировочного процесса

В процессе реализации Программы предусмотрено следующее соотношение объемов по предметным областям по отношению к общему объему тренировочного плана (таблица №3):

Таблица №3

Соотношение объемов тренировочного процесса по разделам тренировок на этапах подготовки

№ п/п	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап				
					Этап базовой подготовки		Этап спортивной специализации		
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Общее количество часов в год (час)	312	416	416	468	468	624	624	624
2	Количество часов в неделю (час)	6	8	8	9	9	12	12	12
3	Количество тренировок в неделю	3	4	4	3	3	4	4	4
4	Количество тренировок в год	156	208	208	156	156	208	208	208
5	Теоретическая подготовка, (час)	44	58	58	66	66	84	84	84
6	Общая и специальная физическая подготовка, (час)	43	43	43	43	43	86	86	86
8	Избранный вид спорта, (час)	157	225	225	260	260	325	325	325
9	Самостоятельная работа, (час)	68	90	90	102	102	138	138	138

1. Общее количество часов в год определяется из расчета 43 недели, что составляет: оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов составляет (83% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральным стандартом спортивной подготовки по шахматам);
2. Общая и специализированная физическая подготовка в объеме - 17% от общего объема тренировочного плана;
3. Теоретическая подготовка в объеме - 17% от общего объема тренировочного плана;
4. Избранный вид спорта в объеме – 60-65% от общего объема тренировочного плана;
5. Развитие творческого мышления в объеме - 10% от общего объема тренировочного плана в равных долях переносятся на теоретическую подготовку – 5% и избранный вид спорта – 5%, в виду того, что развитие творческого мышления у юных шахматистов формируется и развивается посредством изучения шахмат во время теоретических и практических занятий путем решения задач, комбинаций, этюдов, разбора и анализа шахматных партий.
6. Самостоятельная работа спортсменов в пределах 22% от общего объема тренировочного плана.

Распределение времени в годовом тренировочном плане на основные разделы подготовки по годам освоения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки шахматистов.

2.4. Основные задачи этапов подготовки

Этап начальной подготовки

На этапе начальной подготовки первого, второго и третьего года: укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, овладение

элементарными основами шахматной игры, ознакомление с основными тактическими идеями и приемами, получение первоначальных знаний по истории шахмат, приобретение навыков участия в соревнованиях, создание условий для развития восприятия, внимания, памяти, логического мышления, приобретение опыта участия в соревнованиях.

Целью этапа начальной подготовки является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня:

1 год - выполнение нормативов 3 юношеского разряда – 25 % от количества спортсменов в группах;

2 год - выполнение нормативов 3 юношеского разряда – 50 % учащихся - 2 юношеского разряда 25% от количества спортсменов в группах;

3 год - выполнение нормативов 3 юношеского разряда – 50%, 2 юношеского разряда – 50% спортсменов, - 1 юношеского разряда 25% от количества спортсменов в группах.

Тренировочный этап

На тренировочном этапе первого года: укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, развитие интереса к занятиям шахматами, изучение сложных комбинаций на сочетании идей, овладение элементарными техническими приемами пешечного, ладейного эндшпиля, изучение теории А. Филидора, усвоение понятий о тренировке и гигиене шахматиста, участие в соревнованиях, навыков в качестве ассистента судей и тренера-преподавателя, воспитание физических, морально-эстетических и волевых качеств, профилактика вредных привычек.

Целью тренировочного этапа первого года является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня: - 2 юношеского разряда – 25% - 1 юношеского разряда – 50%, - 3 разряда – 25%.

На тренировочном этапе второго года: – укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами, развитие комбинационного зрения и логического мышления, приобретение навыков самостоятельной работы над дебютами, ознакомление с приемами атаки на короля и защиты в шахматной партии, углубленное изучение легкофигурных окончаний и основных тактических приемов ладейного эндшпиля, изучение понятия инициативы в дебюте, расширение знаний о проблемах центра, дальнейшее изучение истории шахмат, элементарных основ судейства и организации шахматных соревнований, приобретение навыков невербального общения, воспитание физических, морально-эстетических и волевых качеств, профилактика вредных привычек.

Целью тренировочного этапа второго года является повышение спортивного мастерства 1 юношеского разряда – 25% 3 разряда – 50% спортсменов, повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 2 разряда - 25% спортсменов.

На тренировочном этапе третьего года: укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, расширение полученных знаний, изучение теории В.Стейница, углубленное изучение темы «Атака на короля», ознакомление с основными идеями современных дебютов, совершенствование техники разыгрывания миттельшпиля и эндшпиля, получение знаний о психологической и волевой подготовке, о режиме шахматиста и методике тренировки, воспитание физических, морально-эстетических и волевых качеств, профилактика вредных привычек.

Целью тренировочного этапа третьего года является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 3 разряда для 25 % спортсменов, 2 разряда для 50 % спортсменов, 1 разряда для 25 % спортсменов.

На тренировочном этапе четвертого года: укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, основам стратегии,

совершенствование теоретических знаний, изучение типовых позиций миттельшпиля, овладение принципами составления индивидуального дебютного репертуара, изучение сложных окончаний, плана игры, построение дерева расчета, применение методов эмоциональной саморегуляции, воспитание физических, морально-эстетических и волевых качеств, профилактика вредных привычек.

Целью тренировочного этапа четвертого года является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 2 разряда – 75% спортсменов, повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 1 разряда для 25 % спортсменов.

На тренировочном этапе пятого года: укрепление здоровья, закаливание, формирование интереса к целенаправленным занятиям шахматами, формирование индивидуального дебютного репертуара, игрового стиля, дальнейшее изучение типовых позиций миттельшпиля и отработка на этой основе дебютного репертуара, регулярные выступления в соревнованиях, развитие аналитического мышления и исследовательского подхода к шахматам, приобретение навыков самопознания, самоанализа, саморефлексии, воспитание физических, морально-эстетических и волевых качеств, профилактика вредных привычек.

Целью тренировочного этапа пятого года является повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 2 разряда - 50% спортсменов, повышение спортивного мастерства спортсменов до уровня 1 разряда для 50 % спортсменов.

Таблица № 4

Примерные требования к разрядным нормам на этапах подготовки

Этап тренировок	На начало учебного года		На конец учебного года	
	разряд	%	разряд	%
Этап начальной подготовки – 1 год	без разряда	-	без разряда 3ю	75 25
Этап начальной подготовки – 2 год	без разряда 3ю	75 25	без разряда 3ю 2ю	25 50 25
Этап начальной подготовки – 3 год	без разряда 3ю 2ю	25 50 25	3ю 2ю 1ю	25 50 25
Тренировочный этап – 1 год	3ю 2ю 1ю	25 50 25	2ю 1ю 3	25 50 25
Тренировочный этап – 2 год	2ю 1ю 3	25 50 25	1ю 3 2	25 50 25
Тренировочный этап – 3 год	1ю 3 2	25 50 25	3 2 1	25 50 25
Тренировочный этап – 4 год	3 2 1	25 50 25	2 1	75 25
Тренировочный этап – 5 год	2 1	75 25	2 1	50 50

В зависимости от конкретных условий требования к разрядным нормам могут незначительно меняться.

3. Методическая часть.

Методическая часть программы включает тренировочный материал по основным предметным областям, его распределение по годам в годовом цикле; рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам тренировок; а также содержит практические материалы и методические рекомендации по проведению тренировочных занятий.

3.1. Рекомендуемые объемы тренировочных нагрузок

Объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки устанавливаются в соответствии с требованиями проекта федерального стандарта спортивной подготовки по шахматам.

Таблица №5

№ п/п	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап				
					Этап базовой подготовки		Этап спортивной специализации		
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Количество тренировок в неделю	3	4	4	3	3	4	4	4
2	Количество тренировок в год	156	208	208	156	156	208	208	208

3.2. Рекомендуемые объемы соревновательных нагрузок

Очень важно учитывать, что основные детские соревнования, особенно многодневные с выездом в другие города, следует проводить во время каникул. Поэтому годичный макроцикл подготовки спланирован так, чтобы юные шахматисты могли успешно выступать в соревнованиях именно в каникулярное время, без отрыва от учебы в общеобразовательных учреждениях.

Игровая соревновательная нагрузка с возрастом и стажем занятий постепенно возрастает. Рекомендуется следующие минимальные показатели соревновательной нагрузки с учетом этапа подготовки (таблица №5)

Таблица №6

3.3. Минимальные и максимальные показатели соревновательной нагрузки

№ п/п	Количество	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап				
					Этап базовой подготовки		Этап спортивной специализации		
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Количество соревнований минимальное	3	4	4	5	5	6	6	6
2	Количество соревнований максимальное	4	6	6	7	7	9	9	9
3	Количество матчевых встреч, блицтурниров минимальное.	1	2	3	5	6	6	7	7
4	Количество матчевых встреч, блицтурниров максимальное	2	3	4	6	7	7	8	8

При участии в традиционных ежегодных спортивно-массовых мероприятиях МБУ ДО ДЮСШШ и города более 50% спортсменов группы, тренировочные занятия по разбору и анализу партий, переносятся на место и время проведения турнира.

3.4. Планирование спортивных результатов

Исходными данными для составления многолетних планов являются оптимальный возраст для достижения наивысших результатов, продолжительность подготовки для их достижения, темпы роста спортивных результатов от разряда к разряду, индивидуальные особенности спортсменов, условия проведения тренировочных занятий и другие факторы. На основе игровой особенности спортсмена, цели и задач многолетней подготовки определяются спортивно-технические показатели по этапам, планируются основные средства тренировки, объем и интенсивность тренировочных нагрузок, количество соревнований.

Количество и продолжительность соревнований зависит от структуры многолетней подготовки в данном виде спорта, календаря спортивно-массовых мероприятий и других факторов.

Перспективные многолетние планы подготовки составляются как для группы спортсменов, так и для одного спортсмена. План содержит конкретные показатели, которые намечает тренер совместно со спортсменом на основе анализа предшествующего опыта подготовки с учетом его индивидуальных способностей.

3.5. Содержание и методика работы по предметным областям и этапам подготовки

3.5.1. Программа к этапу начальной подготовки первого года ЭНП-1

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Понятие о физической культуре.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	1	1	-
	2.1. Правила шахматной игры. Правило «Взялся – ходи»	1	1	-
3.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	1	1	-
	3.1. Спортивный режим шахматиста.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	2	2	-
	4.1. Распространение шахмат на Востоке.	1	1	-
	4.2. Чатуранга и Шатрандж. Табии. Мансуба.	1	1	-
5.	Первоначальные понятия о шахматах	27	9	18
	5.1. Шахматная доска. Поле. Горизонталь, вертикаль, диагональ.	2	1	1
	5.2. Нотация. Буквенное и цифровое обозначение полей.	2	1	1
	5.3. Ладья. Правила ходов и взятий	2	1	1
	5.4. Слон. Правила ходов и взятий	2	1	1
	5.5. Ферзь. Правила ходов и взятий	2	1	1
	5.6. Конь. Правила ходов и взятий	3	1	2
	5.7. Пешка. Правила ходов и взятий	3	1	2
	5.8. Король. Правила ходов и взятий	3	1	2
	5.9. Угроза королю – шах. Мат.	4	-	4

	5.9. Ничья. Виды ничьи.	2	-	2
	5.10. Рокировка. Длинная и короткая рокировки.	2	1	1
6.	Дебют	30	10	20
	6.1. Дебют. Основные принципы разыгрывания дебюта.	6	2	4
	6.2. Мобилизация фигур в дебюте.	6	2	4
	6.3. Центр. Борьба за центр в дебюте.	6	2	4
	6.4. Безопасность короля.	6	2	4
	6.5. Ошибки в начале партии. Ловушки в дебюте.	6	2	4
7.	Миттельшпиль	30	10	20
	7.1. Понятие о тактике. Понятие о комбинации.	3	1	2
	7.2. Связка	3	1	2
	7.3. Двойной удар, «вилка»,	3	1	2
	7.4. Разрушение королевского прикрытия.	3	1	2
	7.5. Уничтожение защиты. Размен фигур.	3	1	2
	7.6. Вскрытое нападение, вскрытый шах. Двойной шах.	3	1	2
	7.7. Шахматные комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации.	3	1	2
	7.8. Реализация материального преимущества	3	1	2
	7.9. Простейшие принципы разыгрывания середины партии: целесообразное развитие фигур.	3	1	2
	7.10. Мобилизация сил. Определение ближайшей и последующей задач.	3	1	2
8.	Эндшпиль	30	10	20
	8.1. Определение эндшпиля. Матование одинокого короля.	6	2	4
	8.2. Мат тяжелыми фигурами.	5	2	3
	8.3. Роль короля в эндшпиле.	3	1	2
	8.4. Простейшие пешечные окончания.	4	1	3
	8.5. Правило квадрата.	3	1	2
	8.6. Ключевые поля.	3	1	2
	8.7. Король и пешка против короля.	6	2	4
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	46	-	46
	9.1. Участие шахматистов в классификационных и тематических турнирах.	40	-	40
	9.2. Разбор и анализ партий, типовых позиций.	6	-	6
10.	Конкурсы решения. Сеанс одновременной игры	17	-	17
	10.1. Упражнения для развития счетных способностей.	6	-	6
	10.2. Решение задач и комбинаций	6	-	6
	10.3. Сеанс одновременной игры	5	-	5

11.	Общefизическая подготовка	43	-	43
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	68	-	68
13.	Спортивно-оздоровительная работа	16	-	16
ИТОГО:		312	44	312

3.5.2. Методические рекомендации к этапу начальной подготовки первого года ЭНП-1

В группах начальной подготовки первого года ЭНП-1 программой предусматривается 6 часов в неделю. Впервые два месяца занятий с юными шахматистами изучается элементарный шахматный материал – первоначальные понятия о шахматах. Успешность усвоения правил игры зависит от индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Один быстро «схватывает» и быстро забывает, другой думает заметно медленнее, зато запоминает надолго: скорость протекания нервно-психических процессов различна. Основной упор на занятиях делается на детальное изучение силы и слабости каждой шахматной фигуры, ее игровых возможностей. В программе предусмотрено, чтобы уже на первом этапе спортсмены могли сами оценивать сравнительную силу шахматных фигур, делать выводы о том, что ладья, к примеру, сильнее коня, ферзь сильнее ладьи.

Специфика работы предполагает проводить занятия в игровой форме. Знакомство с шахматными фигурами должно происходить в увлекательной форме. Формы и методы тренировок разнообразны: чтение и инсценировка дидактических сказок, просмотр диафильмов, дидактические игры «Волшебный мешочек», «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Захват контрольного поля», «Кратчайший путь», «Один в поле воин».

После ознакомления с шахматной доской, шахматными фигурами вводятся новые понятия: шах, мат, пат. Необходимо ознакомить спортсменов с простейшими задачами – специально подобранными расположением фигур, в которых надо найти один или несколько ходов, позволяющих решить задание. Задачи желательно красочно оформить на отдельных карточках и давать с учетом индивидуальных способностей ребенка. Здесь эффективно «работают» спортивный и зрелищный компоненты, их соревновательная сущность, игровой характер, который стимулирует интерес к шахматам, стремление овладеть правилами игры, попробовать свои силы за доской.

Стремление начинающих шахматистов к самореализации, соревновательной деятельности можно удовлетворить уже после нескольких занятий. Твердо, усвоив правила ходов и взятий пешками (в том числе взятие на проходе и превращение пешки в фигуры), спортсмены группы ЭНП-1 могут сыграть в турнире с ярким названием: например, «Лучший пешечник», «По следам Филадельфии» и т. д. учащиеся сами могут предложить название турнира - любая фантазия поощряется: она необходима при игре в шахматы. На втором и седьмом ряду ставятся пешки. Начинают белые. Выигрывает тот, кто раньше дошёл до 8 –го (1-го) ряда. Можно придумать правила: например, если пешки взаимно заблокировались - ничья.

Таким образом, практика имеет место и в разделе «первоначальные понятия о шахматах». При освоении правил игры большое значение имеет разнообразие практических занятий. Тщательно продумав заранее, как наилучшим образом раскрыть тему календарно-тематического плана, тренер-преподаватель подбирает упражнения. При этом задания для освоения и закрепления материала должны ярко выражать мысль, идею, которую педагог хочет донести до спортсмена. Поэтому задания не следует перегружать большим количеством фигур. Свойства внимания человека таковы, что одновременно он может различить и запомнить максимум шесть объектов. Это число фигур (считая и двух королей) примерно соответствует известному в шахматной композиции заданию, именуемому

«малюткой», в котором число фигур - 5. При недостатке заданий на конкретную тему тренер-преподаватель волен проявить своё творчество: создать, придумать необходимые ему дидактические материалы.

Следующий этап изучения шахмат наступает после прочного усвоения всех правил игры. В соответствии с принципом историзма в развитии шахматной игры как части общечеловеческой культуры освоение дебюта следует начинать с основных принципов разыгрывания начальной стадии партии: развитие фигур, овладение центром, безопасность своего короля. Сначала предпочтительнее выводить коней, затем слонов. Открытые дебюты дают наибольший простор для острой, счётной игры, для развития тактического – а в дальнейшем и комбинационного зрения, для полёта фантазии, способствуют выработке внимания, формированию нешаблонности в игре. Например, в остром варианте защиты двух коней уже после четвёртого хода белых начинаются необозримые осложнения и оба игрока вынуждены очень внимательно следить за каждым ходом противника. Счётная игра, способствующая усвоению тактических приёмов и развитию техники расчёта вариантов, начинается в раннем дебюте.

Пренебрежение к открытым дебютам может привести к тому, что играющий чёрными, не получивший необходимого запаса знаний и навыков разыгрывания открытых начал, теряется в острой ситуации, не находит верного пути решения возникающих проблем.

На середину игры - миттельшпиль в группах ЭНП отведено значительно больше времени, происходит плавный переход к понятиям о середине игры, о стратегии и тактике в шахматах.

В тактике миттельшпиля основные тактические приёмы по-прежнему на первом месте. Тактические приёмы необходимо чётко различать по степени сложности. Среди этих приёмов наиболее элементарные - двойной удар (в т. ч. и «вилка») и связка. Данные приёмы постоянно повторяются. Спортсмены регулярно решают задания с применением именно этих приёмов. В то же время осуществляется и расширение представлений: связки различаются по значимости и видам: полная, неполная; вертикальная, горизонтальная, диагональная. Отмечается особая роль диагональных связок, которые возникают практически в любой шахматной партии в самом начале игры.

Вводятся понятия о более сложных тактических приёмах: вскрытый шах, двойной шах. Понятие о комбинации с её элементами вводится постепенно. Жертва - добровольная отдача материала - получает особую значимость в представлениях начинающих о шахматной игре, так как является качественным сдвигом в понимании законов шахмат.

К концу учебного года, как показывает практика, результатом регулярных занятий шахматами является выполнение норматива третьего юношеского разряда 25% состава группы. При проведении классификационных внутригрупповых турниров с нормой 3 юношеского разряда через определённый промежуток времени наблюдается расслоение спортсменов по уровням подготовки: одни без особых усилий выполняют норму 3 юношеского разряда, другие преодолевают начальную классификационную ступеньку с трудом, а некоторым и к концу года — это пока не по силам. Целесообразно после первого сыгранного турнира разделить группу на подгруппы в соответствии со спортивными результатами. В этом случае стать 3- разрядником получают шансы те, кому это не удалось сделать в общем турнире.

Возможность выполнить норму 3-го юношеского разряда появляется при участии в классификационных турнирах «выходного дня» по субботам или воскресеньям в соответствии с официальным положением и расписанием занятий групп.

3.5.3. Программа к этапу начальной подготовки второго года ЭНП-2

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Шахматы – как вид спорта.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	1	1	-
	2.1. Турнир. Виды соревнований.	1	1	-
3.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	2	2	-
	3.1. Спортивный режим шахматиста. Режим сна и питания шахматиста.	1	1	-
	3.2. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	6	6	-
	4.1. Шахматы в культуре стран Арабского Халифата.	2	2	-
	4.2. Проникновение шахмат в Европу.	2	2	-
	4.3. Шахматы в России.	2	2	-
5.	Дебют	52	14	38
	5.1. Принципы разыгрывания дебюта.	5	2	3
	5.2. Ошибки в дебюте.	7	2	5
	5.3. Классификация дебютов.	5	2	3
	5.4. Борьба за центр в дебюте.	9	2	7
	5.5. Подрыв центра.	9	2	7
	5.6. Значение флангов в дебюте. Игра на флангах.	7	2	5
	5.7. Атака на короля в дебюте.	10	2	8
6.	Миттельшпиль	58	20	38
	6.1. Материальное и позиционное преимущество.	5	2	3
	6.2. Связка. Развязывание, освобождение от связки.	6	2	4
	6.3. Двойной удар, «вилка»	6	2	4
	6.4. Завлечение.	6	2	4
	6.5. Отвлечение.	6	2	4
	6.6. Освобождение поля или линии.	5	2	3
	6.7. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях.	5	2	3
	6.8. Слабость первой и последней горизонтали.	6	2	4
	6.9. Разрушение пешечного прикрытия короля.	8	2	6
	6.10. Комбинация с мотивом «спертого мата»	5	2	3
7.	Эндшпиль	52	14	38
	7.1. Матование одинокого короля тяжелыми фигурами.	8	2	6
	7.2. Цугцванг. Мат в 2 хода.	8	2	6
	7.3. Мат одинокому королю ладьей и королем.	7	2	5
	7.4. Мат одинокому королю ферзем и королем.	7	2	5

	7.5. Король и пешка против короля.	7	2	5
	7.6. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка.	7	2	5
	7.7. Пешечный прорыв.	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика.	1	-	1
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	68	-	68
	8.1. Участие шахматистов в классификационных и тематических турнирах.	40	-	40
	8.2. Разбор и анализ партий, типовых позиций.	8	-	8
	8.3. Тематическая игра.	20	-	20
10.	Конкурсы решения. Сеанс одновременной игры.	26	-	26
	9.1. Упражнения для развития счетных способностей.	8	-	8
	9.2. Решение задач и комбинаций	12	-	12
	9.3. Сеанс одновременной игры.	6	-	6
11.	Общефизическая подготовка	43	-	43
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	90	-	90
13.	Спортивно-оздоровительная работа	16	-	16
ИТОГО:		416	58	416

3.5.4. Программа к этапу начальной подготовки второго года ЭНП-2

В группах начальной подготовки второго года ЭНП-2 программой предусматривается 8 часов в неделю.

В тематическом плане групп ЭНП-2 часть часов высвобождается: нет необходимости изучать правила игры: этот этап введения в шахматы пройден на первом году. Кроме того, увеличивается недельная нагрузка в 1,5 раза. Если на первом году тренировок большая часть времени отводилась изучению силы и слабости каждой шахматной фигуры, то теперь много занятий посвящено простейшим методам реализации материального и позиционного преимущества. Важным достижением в овладении шахматными основами является умение спортсменами ставить мат в 1-2 хода.

Расширяются знания в области дебюта, начинает формироваться понимание плана в начальной стадии шахматной партии и связи его с миттельшпилем. Игра в дебюте и миттельшпиле приобретает смысл: от примитивной игры на уничтожение к осознанной мобилизации фигур и борьбе за центр, к первым попыткам атаки на короля противника. В дебютной подготовке спортсменов переходят от теоретических основ разыгрывания дебютов к конкретному изучению дебютов: итальянской партии защите 2-х коней и др.

В тактике миттельшпиля тактическим приёмам по-прежнему отводится особое значение: двойной удар, связка, отвлечение, завлечение. Спортсмены регулярно решают задания с применением именно этих приёмов. В практической игре во время партий спортсмены стараются находить и проводить тактические удары и комбинации

В эндшпиле параллельно с формированием технических навыков матования одинокого короля начинающие шахматисты получают первоначальные сведения о пешечном эндшпиле, о роли короля и об активности фигур в конечной стадии партии, учатся

реализовывать большой материальный перевес. Во втором полугодии (а возможно, и раньше) подробно разбираются окончания «король с пешкой против короля», спортсмены овладевают навыками проведения пешки в ферзи.

Учатся матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей, всеми фигурами. На этом этапе уместно введение понятий «сильнейшая» и «слабейшая» сторона, «играющий» (т.е. тот игрок, чей ход в данной позиции).

Необходимо обратить внимание на освоение шахматной нотации. В этом направлении работы на практических занятиях эффективен прием сеанс одновременной игры. В сеансах одновременной игры и тренер, и спортсмены «проговаривают» ходы – происходит «устная» запись ходов. Полезно также записывать позиции заданий и их решения.

В мотивах тренировок, кроме познавательных, появляются социальные – формируется чувство ответственности, понимание социальной значимости учения. Становлению спортсмена как шахматиста способствует и участие в личных и командных соревнованиях по шахматам, регулярно проводимых в МБУ ДО ДЮСШШ.

В связи с этим они могут полноценно участвовать не только в классификационных турнирах, но и в официальных соревнованиях согласно календарному плану МБУ ДО ДЮСШШ. Поскольку в соответствии с минимальными разрядными требованиями по спортивной подготовке 50% спортсмены должны выполнить норму 3-го юношеского разряда и 25% - 2ю спортивного разряда.

3.5.5. Программа к этапу начальной подготовки третьего года ЭНП-3

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Развитие физической культуры и спорта в России.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	1	1	-
	2.1. Единая Всероссийская Спортивная Классификацией Разряд. Рейтинг.	1	1	-
3.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	2	2	-
	3.1. Спортивный режим шахматиста во время соревнований.	1	1	-
	3.2. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	6	6	-
	4.1. Первый чемпион мира В. Стейниц.	2	2	-
	4.2. Проникновение шахмат в Европу.	2	2	-
	4.3. Творчество Д.Греко, Д.Лолли, Д.Понциани.	2	2	-
5.	Дебют	52	14	38
	5.1. Принципы разыгрывания открытых дебютов. Ошибки в дебюте.	5	1	4
	5.2. Борьба за центр в дебюте. Подрыв центра.	6	1	5
	5.3. Дебют 4-х коней	7	2	5
	5.4. Защита двух коней.	8	2	6
	5.5. Итальянская партия.	7	2	5
	5.6. Гамбит. Королевский гамбит.	7	2	5

	5.7. Значение флангов в дебюте. Игра на флангах.	6	2	4
	5.8. Атака на короля в дебюте.	6	2	4
6.	Миттельшпиль	58	20	38
	6.1. Вариант. Форсированный вариант.	3	1	2
	6.2. Цель комбинации. Мотив. Тема комбинации.	4	2	2
	6.3. Связка. Развязывание, освобождение от связки.	4	1	3
	6.4. Двойной удар, «вилка».	4	1	3
	6.5. Завлечение. Отвлечение.	4	1	3
	6.6. Освобождение поля или линии.	4	1	3
	6.7. Слабость первой и последней горизонтали.	4	1	3
	6.8. Блокировка. Перекрытие.	5	2	3
	6.9. Уничтожение защиты.	4	1	3
	6.10. Промежуточный ход.	3	1	2
	6.11. Комбинация с мотивом «спертого мата». Игра на пат.	4	2	2
	6.12. Превращение пешки.	3	1	2
	6.13. Разрушение пешечного прикрытия короля.	6	2	4
	6.14. Взаимодействие фигур. Инициатива.	6	3	3
7.	Эндшпиль	52	14	38
	7.1. Матование одинокого короля тяжелыми фигурами.	7	2	5
	7.2. Король и пешка против короля.	7	2	5
	7.3. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка.	7	2	5
	7.4. Пешечный прорыв.	7	2	5
	7.5. Ладейный эндшпиль. Позиции Филидора.	10	2	8
	7.6. Легкофигурный эндшпиль.	7	2	5
	7.7. Смешанный эндшпиль.	7	2	5
8.	Инструкторская и судейская практика.	1	-	1
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	68	-	68
	8.1. Участие шахматистов в классификационных и тематических турнирах.	40	-	40
	8.2. Разбор и анализ партий, типовых позиций.	8	-	8
	8.3. Тематическая игра.	20	-	20
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры	26	-	26
	9.1. Упражнения для развития счетных способностей.	8	-	8
	9.2. Решение задач и комбинаций	12	-	12
	9.3. Сеансы одновременной игры	6	-	6
11.	Общефизическая подготовка	43	-	43

12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	90	-	90
13.	Спортивно-оздоровительная работа	16	-	16
ИТОГО:		416	58	416

3.5.6. Методические рекомендации к этапу начальной подготовки третьего года ЭНП-3

В группах начальной подготовки третьего года ЭНП-3 программой предусматривается 8 часов в неделю, т. е., столько же, как и в ЭНП-2. Но это не значит, то тренировочный курс повторяется. В третьем году спортсмены знакомятся с Единой Всероссийской Спортивной Классификацией, получают представление о разрядных и требованиях; о почётных званиях спортсменов и тренеров-преподавателей.

Темы дебютной теории органически увязываются с историей развития шахмат. Освещая вопрос о проникновении шахмат в Европу, о ранней итальянской школе, уместно разобрать короткие, яркие партии из творчества Д.Греко, Д.Лолли, Д.Понциани. Изучаются начала «Дебют 4-х коней», «Защита двух коней», «Итальянская партия» др. Особое место отводится ловушкам в дебютах. Вводится понятие «Гамбит» на примере изучения королевского гамбита. Заостряется внимание спортсменов на таких моментах, как мобилизация сил в дебюте, борьба за центр, безопасность короля и др. Вводится понятие «фланг».

При изучении миттельшпиля необходимо регулярно выполнять упражнения с применением тактических приёмов. Проводятся конкурсы решения шахматных задач и комбинаций. Вводятся понятия: вариант, форсированный вариант; углубляются понятия, связанные с шахматной комбинацией: цель, мотив, тема комбинации.

Параллельно с решением комбинаций на изученные темы необходимо расширить арсенал знаний о комбинации: блокировка, уничтожение защиты, перекрытие, освобождение поля (линии), превращение пешки, промежуточный ход, игра на пат. Это важно, поскольку на третьем году вводятся основные понятия о стратегии, необходимые для приобретения навыков оценки позиции и выбора плана игры. Выдающийся гроссмейстер и шахматный мыслитель Р. Рети писал: «Сначала нужно научиться комбинировать, прежде чем пробовать играть позиционно».

Взаимодействие фигур - это то понятие, с которым шахматист знакомится уже с первых шагов изучения шахматной игры. Одна пешка может защищать другую – простейший пример взаимодействия. Другой тип взаимодействия: пешки, стоящие на соседних вертикалях и на одной горизонтали – атакуют все поля на следующей горизонтали, дополняя друг друга. Линейный мат - пример взаимодействия двух ладей; оттеснение одинокого короля противника и постановка мата королем и ладьёй. Примеры более сложных взаимодействий: «батарея» ферзь плюс слон; «тандем» ферзь плюс конь; сдвоение ладей и т. д.

Понятие инициативы применимо к любой из стадий шахматной партии. Но без взаимодействия фигур инициатива не возникает. Также невозможно провести комбинацию, если фигуры разобщены, не помогают друг другу, т. е. не взаимодействуют.

В эндшпиле разбираются более сложные позиции. В пешечном – король с двумя пешками против короля с пешкой, правило треугольника, поля соответствия. Вводятся понятия, связанные со стратегией – проходная пешка, отдалённая проходная, защищённая проходная.

Ладейный эндшпиль желательно начинать с позиций, в которых король и пешка сильнейшей стороны находятся на 6-й (3-й) линии, ладья - на седьмой горизонтали; у слабейшей стороны король перед пешкой, ладья на 8-й горизонтали. Метод разыгрывания

прост и легко усваивается.

При изучении «построения моста» обязательно обратить внимание на метод выигрыша в позиции Лусены (Сальвио) без «моста» - перевод белой ладьи на соседнюю с пешкой вертикаль и выход белого короля из «заточения».

Поскольку ладейные и пешечные встречаются на практике намного чаще других, их надо изучить в первую очередь. Очень полезно разбирать и решать сообща на демонстрационной доске этюды со смешанным материалом.

Третий год это - подготовка шахматиста к переходу на новый этап углубленной специализации. Происходит формирование навыков самопознания, саморефлексии. Спортсмен может оценить свою игру, попытаться найти ошибки и устранить недостатки, способен разбирать с тренером-преподавателем сыгранные партии, самостоятельно выполнять упражнения и домашние задания. Постепенно преодолевается импульсивность мышления и недооценка возможностей противника.

Выполнение норм второго (50%) и первого (25%) юношеских разрядов становится актуальной темой в подготовке, возрастает роль и значение турнирной практики. Спортсмены участвуют и в личных, и в командных соревнованиях; в товарищеских и официальных матчевых встречах. Поэтому важно научиться правильно записывать шахматную партию, без ошибок и пропусков ходов, делать запись только после завершения хода, а не заранее - в соответствии с правилами ФИДЕ.

3.5.7. Методические рекомендации тренировочного этапа первого года ТЭ-1 Этап базовой подготовки

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Физическая культура как составная часть общей культуры – одно из важнейших средств воспитания.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	2	2	-
	2.1. Положение о соревновании.	1	1	-
	2.2. Регламент соревнований.	1	1	-
3.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	2	2	-
	3.1. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
	3.2. Спортивный режим во время соревнований.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	6	6	-
	4.1. Мастера 17 века.	2	2	-
	4.2. Филипп Стамма. Алгебраическая нотация.	2	2	-
	4.3. Филидор и его теория.	2	2	-
5.	Дебют	60	15	45
	5.1. Основные планы сторон в открытых началах.	4	2	2
	5.2. Дебют слона	7	2	5
	5.3. Итальянская партия.	12	3	9
	5.4. Защита двух коней.	12	2	10
	5.5. Гамбиты. Жертва пешки за инициативу.	13	3	10

	Королевский гамбит.			
	5.6. Испанская партия. Контратака Маршалла и системы Анти-Маршалл.	12	3	9
6.	Миттельшпиль Тактика миттельшпиля.	72	25	47
	6.1. Комбинации как совокупность элементарных тактических приёмов и сочетание идей.	4	1	3
	6.2. Техника расчета вариантов. «Дерево» вариантов.	3	1	2
	6.3. Фигурно-пешечная атака.	2	1	1
	6.4. Инициатива и темп в атаке	2	1	1
	6.5. Атака на короля. Задержание короля противника в центре	4	2	2
	6.6. Атака на нерокировавшегося короля.	4	1	3
	6.7. Атака на слабые пункты «f7», «f2».	4	2	2
	6.8. Атака на рокировавшегося короля: при односторонних и разносторонних рокировках.	5	2	3
	6.9. Разрушение пешечного прикрытия короля с помощью жертвы.	5	2	3
Стратегия миттельшпиля.				
	6.10. Структура пешек - основа позиции.	3	1	2
	6.11. Подвижный пешечный центр.	3	1	2
	6.12. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки.	4	1	3
	6.13. Открытый центр.	3	1	2
	6.14. Висячий пешечный центр.	3	1	2
	6.15. Дефекты пешечной цепи: изолированная пешка, сдвоенные пешки, отсталые пешки, «висячие» пешки.	5	2	3
	6.16. Пешка – «гвоздь».	4	1	3
	6.17. Борьба за линии и поля. Открытые и полуоткрытые линии.	4	1	3
	6.18. Захват открытых линий, 7 (2), 8(1) горизонталей.	3	1	2
	6.19. Оценка позиции.	4	1	3
	6.20. Факторы оценки. Выбор плана игры на основе оценки позиции	3	1	2
7.	Эндшпиль	60	15	45
	7.1. Многопешечный эндшпиль.	6	2	4
	7.2. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях.	5	2	3
	7.3. Поля соответствия.	4	1	3
	7.4. Правила быстрой оценки пешечных окончаний.	4	1	3
	7.5. Слоновые окончания.	5	1	4
	7.6. Одноцветные и разноцветные слоны.	5	1	4
	7.7. Слон против пешек.	5	1	4
	7.8. Слон и пешка против слона.	5	1	4

	7.9. Два слона в эндшпиле.	5	1	4
	7.10. Тактические приемы в ладейных окончаниях.	6	2	4
	7.11. Ладья с пешками против ладьи с пешками.	6	1	5
	7.12. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях	4	1	3
8.	Инструкторская и судейская практика	3	-	3
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	72	-	72
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	26	-	26
11.	Общефизическая подготовка	43	-	43
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	138	-	138
13.	Спортивно-оздоровительная работа	15	-	15
14.	Медицинское обследование	3		3
	ИТОГО:	468	66	468

3.5.8. Методические рекомендации к тренировочному этапу первого года ТЭ-1

Перевод на следующий этап определяет известную ответственность тренера-преподавателя, спортсмена и его родителей.

Развитие интереса к занятиям шахматами поддерживается более полным представлением о соревновании. Спортсмены продолжают изучать Шахматный кодекс: узнают о положении, о статусе соревнований, о регламенте игры, о порядке открытия и закрытия соревнований.

Продолжается более подробное изучение открытых дебютов: итальянская партия, защита двух коней, королевский гамбит. Идет знакомство с открытым дебютом - испанская партия. Особое внимание уделяется плану игры и безопасности короля.

Разыгрывание гамбитов в тематических турнирах и сеансах одновременной игры способствует лучшему усвоению понятий «инициатива» и «компенсация за материал». Углубляются знания об основных планах игры в открытых дебютах. Дебютные «заготовки» берутся на вооружение и применяются на практике. Необходимо разобрать примеры атаки на короля противника в дебютной стадии: удары на пункты «f7», «f2» с лишением рокировки, примеры с задержанием короля противника на центральной вертикали.

Комбинация предстаёт в новом свете - как совокупность элементарных тактических приёмов. Разбираются и решаются сначала сообща, затем самостоятельно комбинации на сочетание идей. Техника расчёта вариантов развивается постоянным решением упражнений и комбинаций. Спортсмены учатся строить «дерево вариантов». Выбрав из нескольких вероятных ходов один, производят поиск ответных ходов противника. На одном из ответных ходов строится первая «ветвь». Расчёт производится по полуходам. Затем строится вторая «ветвь» и т. д. На первом этапе можно подобрать задания, где первый ход в комбинации известен.

Тема «Атака в шахматной партии» разбирается довольно подробно и обстоятельно. Начать необходимо с атаки на короля, разбирая яркие, запоминающиеся примеры с односторонними короткими рокировками. Показать фигурную атаку. Например, с жертвой на пункт «h7». В этой, очень важной теме, необходимо акцентировать внимание учащихся на «ключевую» фигуру защиты - коня «f6», отвлечение его от своих функций защиты поля «h7» путём Kc3-d5, либо связкой и уничтожением. Тема очень важна – об этом часто забывают и опытные шахматисты.

При отсутствии коня на «f6» налицо мотив комбинации - нет защитника пункта «h7». Атака пункта «h7» - самая типичная из всех комбинаций, и не знать её нельзя.

Диаметрально противоположные планы сторон в дебюте и миттельшпиле очень наглядно демонстрируются при разносторонних рокировках в теме «Фигурно-пешечная атака».

Пешечной структуре, как основе позиции и одному из факторов оценки её, а также выбора плана игры, необходимо уделить особое внимание. Важно, чтобы у юных шахматистов не сложился стереотип-шаблон при оценке слабостей пешек, полей и пунктов. Например, сдвоенные пешки иногда бывают очень сильными, изолированная пешка бывает и сильной, и слабой и т. д.

Понимание позиции не приходит сразу, оно складывается годами. Поэтому очень важно разбирать сыгранные партии, (желательно сразу в день игры) выявляя дебютные ошибки, отмечая критические моменты в партии; давать оценку позициям и тренироваться в выборе плана игры.

Оценка позиции - «камень преткновения» для многих, даже опытных шахматистов. Впервые основополагающие факторы оценки позиции были сформулированы первым чемпионом мира В. Стейницем. В его руководстве «Современный шахматный наставник», выпущенном в 1889 году в Лондоне. С тех времён прогресс шахматной мысли внёс существенные поправки в учение В.Стейница о позиционной игре, но основа осталась - нам есть чему поучиться у первого чемпиона мира.

О выборе плана игры. План строится на основе оценки позиции. Для шахматистов массовых разрядов в упражнениях по выбору плана игры должно быть достаточное количество пешек - на основе пешечной структуры легче оценить позицию и выбрать план игры.

Проработка более сложных ладейных и пешечных окончаний продолжается и далее.

После изучения основополагающих пешечных и ладейных окончаний можно приступить к легкофигурным и смешанным. Следует отметить силу двух слонов в миттельшпиле и эндшпиле.

С интенсивным развитием самосознания спортсмена появляется потребность в самоутверждении, развивается конкурентоспособность. Для индивидуального подбора дебютного репертуара в этот период можно использовать анкетирование спортсменов для определения их психофизиологической конституции.

Самостоятельная работа – в Программу тренировки группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Содержание и виды работ	Теория	Практика
Постановка дебюта	2	2
Подготовка к соревнованиям	2	3
Разбор партий участников соревнований	5	–
ИТОГО: 14	9	5

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий.
3. Просмотр подборок партий по дебютам.
4. Анализ и устранение ошибок.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с литературой.

Выполнение норм 3 спортивного разряда 25% спортсменов, второго - 25% и первого - 50% юношеских разрядов становится актуальной темой в подготовке на данном этапе, значительно возрастает роль турнирной практики. Спортсмены участвуют и в личных, и в командных соревнованиях; в товарищеских и официальных матчевых встречах.

3.5.9. Программа тренировочного этапа второго года ТЭ-2 Этап базовой подготовки

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России.	1	1	-
	1.1. Всесоюзные юношеские соревнования и спартакиады, их значение для массового развития спорта.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	2	2	-
	2.1. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские.	1	1	-
	2.2. Таблица очередности игр. Турнирная таблица.	1	1	-
3.	Спортивный режим и общая и общая физическая подготовка.	2	2	-
	3.1. Режим дня. Правильное сочетание труда, отдыха, занятий спортом для юного спортсмена.	1	1	-
	3.2. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	6	6	-
	4.1. Французские и английские шахматисты первой половины 19века	1	1	-
	4.2. Матч Лабурдонне-Мак Доннелл.	1	1	-
	4.3. Автомат Кемпелена.	1	1	-
	4.4. Кафе «Ля Режанс»	1	1	-
	4.5. Немецкие шахматисты середины 19 века А.Андерсен.	1	1	-
	4.6. Творчество П. Морфи.	1	1	-
5.	Дебют.	60	15	45
	5.1. Развитие и темп в дебюте.	4	1	3

	5.2. Вскрытие игры. Право выступки.	2	1	1
	5.3. Мобилизация и факторы пространства. Переход демаркационной линии.	4	1	3
	5.4. Фланг. Необоснованные фланговые операции в дебюте.	6	1	5
	5.5. Контрудар в центре против фланговых операций.	4	1	3
	5.6. Активность и взаимодействие боевых сил в дебюте.	3	1	2
	5.7. Мобилизация и шаблон.	3	1	2
	5.8. Типичные комбинации в дебюте	5	1	4
	5.9. Типовые приемы игры в разменном варианте. Испанская партия	6	1	5
	5.10. Сицилианская защита. Вариант Дракона.	8	2	6
	5.11. Французская защита.	8	2	6
	5.12. Староиндийская защита (классический вариант).	7	2	5
6.	Миттельшпиль. Тактика миттельшпиля.	72	25	47
	6.1. Превосходство в центре - важнейший фактор успеха в атаке.	2	1	1
	5.2. Сложные комбинации на сочетание идей.	4	1	3
	5.3. Комбинации с мотивами «спертого» мата,	2	1	1
	5.4. Использование слабости первой (восьмой) горизонтали.	2	1	1
	5.5. Фигурно-пешечная атака по вертикалям «f», «g», «h».	4	1	3
	5.6. Использование диагоналей для атаки. Атака при разноцветных слонах.	4	1	3
	5.7. О роли ферзя в атаке и защите.	3	1	2
	5.8. Контратака.	3	1	2
	5.9. Контрудар в центре на фланговую атаку.	2	1	1
	5.10. Размен как способ защиты от атаки.	2	1	1
	5.11. Типичные комбинации в миттельшпиле	4	1	3 21
	Стратегия миттельшпиля.			
	5.12. Борьба с образованием у противника пешечного центра.	3	1	2
	5.13. Закрытый центр.	3	1	2
	5.14. Пешечный клин.	3	1	2
	5.15. Избавление от пешечных слабостей.	3	1	2
	5.16. Типы взаимодействия фигур.	2	1	1
	5.17. Факторы, определяющие ценность фигур.	2	1	1

	5.18. Гармоничное и негармоничное расположение пешек по отношению к своим фигурам.	3	1	2
	5.19. Борьба за линии и поля. Открытые и полуоткрытые линии.	3	1	2
	5.20. Захват открытых линий: 7 (2) горизонтали.	3	1	2
	5.21. Ограничение подвижности сил противника и активизация собственных фигур.	3	1	2
	5.22. Преимущество двух слонов.	3	1	2
	5.23. Оценка позиции. Факторы оценки.	3	1	2
	5.24. Выбор плана игры на основе оценки позиции.	3	1	2
	5.25. Пассивная и активная защита.	3	1	2 26
7.	Эндшпиль.	60	15	45
	7.1. Коневые окончания.	5	1	4
	7.2. Конь с пешками против коня с пешками.	5	1	4
	7.3. Слоновые окончания. Два слона в эндшпиле.	5	1	4
	7.4. Ладейные окончания. Ладья с пешкой против ладьи.	10	2	8
	7.5. Позиции Филидора.	6	2	4
	7.6. Ладья с пешками против ладьи с пешками.	6	2	4
	7.7. Смешанные окончания.	9	2	7
	7.8. Ладья против слона (коня).	7	2	5
	7.9. Ладья против двух легких фигур.	7	2	5
8.	Инструкторская и судейская практика	3	-	3
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	72	-	72
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	26	-	26
11.	Общефизическая подготовка	43	-	43
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	102	-	102
13.	Спортивно-оздоровительная работа	15	-	15
14.	Медицинское обследование	3		3
ИТОГО:		468	66	468

3.5.10. Методические рекомендации к тренировочному этапу второго года ТЭ-2

Спортсмены группы имеют 2 и 3 юношеские разряды, а некоторые выполнили норматив третьего спортивного разряда. Выявляются лидеры в шахматной подготовке, за которыми тянутся другие. С такими спортсменами необходимо работать индивидуально - и на занятиях в группе, и отдельно.

Роль индивидуальных занятий возрастает и с увеличением нагрузки в общеобразовательной школе. Имеется несколько вариантов для реализации задуманного. Например, спортсмены группы работают с раздаточным материалом, прорабатывая тему по плану, а тренер - с одним спортсменом по конкретной теме. Другой вариант – тренер-преподаватель проводит конкурс решения комбинаций. Объяснив задание, вызывает спортсмена и работает с ним индивидуально. Лидеру можно дать задание на дом: подготовить небольшой доклад на определённую тему и выступить перед группой, используя демонстрационную доску.

Самостоятельная работа дома становится актуальной для всех спортсменов группы: разобрать дебютную схему, примерные партии по избранному началу, проработать типовую позицию миттельшпиля.

Освещая историю развития шахмат, тренер-преподаватель знакомит спортсменов с биографией и творчеством замечательного шахматного мастера Пола Морфи. Многим современникам казалось, что секрет его успехов только в великолепном комбинационном даровании. Лишь В.Стейниц мудро определил, что главной силой П.Морфи была тонкая позиционная игра. Он умело определял наиболее значимые, решающие элементы позиции. Поэтому разбор его партий (классическая партия Шультен - Морфи, Нью-Йорк, 1857) очень полезен шахматистам, которые хотят научиться правильно оценивать позицию.

Методика работы с подбором и проработкой индивидуального дебютного репертуара довольно разнообразна и изложена у многих авторов. Первостепенное значение для теории шахматного дебюта имеют труды шестого чемпиона мира М.Ботвинника. К разработке дебютов он подошёл как к научному труду, требующему тщательной проверки, анализа, творческих исканий. Главная его заслуга в том, что он изучил и систематизировал множество позиций, возникающих хотя и в различных дебютах, но дающих возможности адекватного решения. Это открыло новую важную главу в теории дебюта. «Новинки» Ботвинника были всегда оригинальны, они не раз поражали шахматный мир.

Расширяется дебютный репертуар спортсменов. Изучение открытых (разменный вариант в Испанской партии) и полуоткрытых дебютов (сицилианской защиты, вариант Дракона, французской защиты) позволяют учащимся расширить и углубить знания дебютов. Разбор дебютных схем удобно проводить, имея в кабинете две демонстрационные шахматные доски. Ходы делаются параллельно на обеих досках, на одной из них в случае необходимости можно разобрать одно из разветвлений и вернуться к исходной позиции.

На тему: «Атака на короля в центре» много хороших примеров можно найти в книге Я. Нейштадта «По следам дебютных катастроф», 1979. Короткие, легко запоминающиеся партии с красивыми комбинациями: Нимцович – Алапин, 1914г., Тарраш – Алаторцев, 1948г. и другие. Вскрытие игры – вертикалей «e» и «d» - в этих партиях является убедительным примером наказания за нарушение дебютных принципов.

Миттельшпиль – самая главная из всех трёх стадий шахматной партии. Научившись правильно расставлять фигуры в дебюте и позаботившись о своём короле, шахматист продолжает игру в середине игры. Тактика и стратегия в миттельшпиле органически связаны между собой. В первую очередь после завершения дебюта игрок должен научиться распознавать и предвидеть комбинации. Поэтому для шахматистов тренировочного этапа второго года обучения изучение середины игры начинается с тактики. Далее необходимо

определить, какие элементы позиции играют в ней решающую роль, затем оценить позицию и составить план игры, основанный на оценке создавшегося в данный момент расположения фигур на доске. Затем вступает в дело техника расчёта вариантов.

Продолжается изучение элементарных и несложных вопросов игры в эндшпиле: пешечный, конь против пешек, слон против пешек, ферзь против проходной пешки, ладья и пешка против ладьи.

Самостоятельная работа - в Программу тренировок группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Содержание и виды работ	Теория	Практика
Постановка дебюта	3	2
Подготовка к соревнованиям	3	4
Разбор партий участников соревнований	6	–
ИТОГО: 18	12	6

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий. Просмотр подборок партий по дебютам.
3. Анализ и устранение ошибок.
4. Психологическая подготовка спортсмена.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с литературой.

К концу учебно-тренировочного этапа 25% спортсменов должны иметь 1 юношеский разряд, третий разряд 50%, второй разряд 25%.

3.5.11. Программа тренировочного этапа третьего года ТЭ-3

Этап спортивной специализации

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России.	1	1	-
	1.1. Единая Российская Спортивная Классификация.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	2	2	-
	2.1. Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Шахматные часы.	1	1	-
	2.2. Учет и оформление результатов турнира.	1	1	-
3.	Раздел 8. Спортивный режим и общая физическая подготовка	3	3	-

	3.1. Вредное воздействие курения, употребления наркотических средств и спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста.	1	1	-
	3.2. Спортивный режим во время соревнований.	1	1	-
	3.3. Врачебный контроль.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	8	8	-
	4.1. Шахматы во второй половине 19 века. Борьба за звание чемпиона мира.	1	1	-
	4.2. Первый чемпион мира В.Стейниц и его учение.	1	1	-
	4.3. Шахматы в культурной жизни русского общества 18-19 в.в.	1	1	-
	4.4. Первая шахматная книга на русском языке И.Бутримова.	1	1	-
	4.5. Русские шахматные мастера: А.Петров, К.Яниш, братья Урусовы, И.Шумов.	1	1	-
	4.6. «Самоучитель шахматной игры» Э.Шифферса.	1	1	-
	4.7. Шахматные собрания Петербурга. Журнал «Шахматный листок».	1	1	-
	4.8. М.И.Чигорин – основоположник отечественной шахматной школы.	1	1	-
5.	Дебют.	80	20	60
	5.1. Дебютные атаки.	8	1	7
	5.2. Контратака в ранней стадии партии.	5	1	4
	5.3. Изоляция части сил.	5	1	4
	5.4. Разобшение флангов.	4	1	3
	5.5. Взаимосвязь между фигурами и пешками в дебюте.	8	2	6
	5.6. Эволюция дебютных принципов и их современная трактовка	6	2	4
	5.7. Захват центра и пространства.	6	2	4
	5.8. Расширение представлений о пешечных слабостях.	10	2	8
	5.9. Связь дебюта с миттельшпилем.	8	4	4
	5.10. Типичные комбинации в дебюте	20	4	16
6.	Миттельшпиль.	102	30	72
	<i>Тактика миттельшпиля.</i>			
	6.1. Типичные комбинации в миттельшпиле	8	2	6
	6.2. Сложные комбинации на сочетании идей.	10	2	8
	6.3. Техника расчета вариантов	8	2	6
	<i>Стратегия миттельшпиля.</i>			

	6.4. Борьба с образованием у противника пешечного центра.	6	2	4
	6.5. Фиксированный центр.	4	1	3
	6.6. Фигурно-пешечный центр.	4	1	3
	6.7. Открытый центр.	4	1	3
	6.8. Воздействие на пешечный центр противника.	4	1	3
	6.9. Стратегически важные пункты.	4	1	3
	6.10. Форпост. Форпост на открытой линии.	4	1	3
	6.11. Выключение фигуры из игры.	4	1	3
	6.12. Ограничение подвижности фигуры.	4	1	3
	6.13. Слон против коня в миттельшпиле.	4	1	3
	6.14. Блокада.	2	1	1
	6.15. Связка как метод ограничения подвижности фигур.	4	2	2
	6.16. Цугцванг как метод борьбы.	4	2	2
	6.17. Оценка позиции. Факторы оценки.	12	4	8
	6.18. Выбор плана игры на основе оценки позиции.	12	4	8
7.	Эндшпиль.	80	20	60
	7.1. Два коня против пешки.	6	1	5
	7.2. Ладейные окончания.	6	1	5
	7.3. Ладья против пешек.	14	4	10
	7.4. Ладья с пешками против ладьи с пешками.	14	4	10
	7.5. Ферзь против ладьи.	8	2	6
	7.6. Ладья и слон против ладьи.	8	2	6
	7.7. Позиции Филидора.	14	4	10
	7.8. Типичные комбинации в эндшпиле.	10	2	8
8.	Инструкторская и судейская практика	3		3
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	76	-	76
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	26	-	26
11.	Общеспортивная подготовка	86	-	86
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	138	-	138
13.	Спортивно-оздоровительная работа	15	-	15
14.	Медицинское обследование	6		6
	ИТОГО:	624	84	624

3.5.12. Методические рекомендации к тренировочному этапу третьего года ТЭ-3

Регулярные выступления в основных городских соревнованиях по календарному плану спортивно-массовых мероприятий МБУ ДО ДЮСШШ становятся нормой. В городе проводится много соревнований краевого и ЮФО уровня, и наиболее подготовленные шахматисты могут испытать свои силы, играя с сильнейшими игроками. Разбор и анализ партий, сыгранных в турнирах более высокого ранга, обязателен.

Тренер-преподаватель, направляя своих спортсменов на выездные соревнования, готовит спортсменов таким образом, чтобы они прочувствовали всю меру ответственности, выступая за МБУ ДО ДЮСШШ, представляя свой город. При этом запись всех партий, записанных чётко и аккуратно в блокнот шахматиста, должна быть у каждого. Как правило, опытные тренеры-преподаватели производят разбор партий сразу после окончания. В такой период впечатления от партии свежи, и учащийся способен передать все перипетии борьбы. Это важно потому, что в последние годы при переходе судейства на международные правила ФИДЕ тренер-преподаватель не допускается в игровой зал. Необходимо приучать спортсменов к тому, чтобы он интересовался, с кем играет в следующем туре, присматривался к игре возможных конкурентов, пытаясь выявить их сильные и слабые стороны. Творчество основоположника отечественной шахматной школы - классическое наследие прошлого, вклад М.И.Чигорина в сокровищницу шахматного искусства невозможно переоценить. Практически любую его партию нетрудно увязать с любым разделом шахматной игры. Например, тему «Связка в дебюте и её своевременность» можно раскрыть по партии Кнорре - Чигорин, 1874 г. Великий мыслитель внимательно изучил анализ первого чемпиона мира В.Стейница и применил его на практике. Поучителен опыт борьбы в миттельшпиле и в эндшпиле в творчестве шахматистов А.Петрова, И.Шумова, К.Яниша, братьев Урусовых.

Юные шахматисты обогащают дебютный репертуар через изучение нового дебюта - староиндийскую защита (классический вариант). Продолжают оттачивать мастерство в разменном варианте испанской партии, французской защите. Акцент делается на фланговой борьбе в дебюте. Изучаются типичные комбинации, атака и контратака.

В миттельшпиле особое место отводится оценке позиции. Изучается фигурно-пешечная атака по вертикалям «f», «g», «h», атака с использованием диагоналей. Регулярное решение комбинаций на сочетание идей, упражнений по развитию техники счета дает положительные результаты.

При изучении окончаний на данном этапе следует сделать упор на пешечные окончания – азбука эндшпиля, а ладейные встречаются чаще всего. Особое внимание отводится изучению легкофигурного и тяжелофигурного эндшпиля; конь против пешек, ферзь против проходной пешки, ладья и пешка против ладьи.

Самостоятельная работа - в Программу тренировок группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Содержание и виды работ	Теория	Практика
Постановка дебюта	4	2
Техника разыгрывания окончаний	2	2
Улучшение техники расчета	2	2
Подготовка к соревнованиям	4	2

Разбор партий участников соревнований	4	–
ИТОГО: 24	16	8

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий. Просмотр подборок партий по дебютам.
3. Анализ и устранение ошибок.
4. Психологическая подготовка спортсмена.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с компьютером. Обучение компьютерным программам.
7. Работа с базами данных по дебютам, окончаниям. Решение задач.
8. Работа с литературой.

К концу учебного года 50% спортсменов должны выполнить норматив второго спортивного разряда и 25% первого, поэтому требования к теоретической и спортивной подготовке шахматистов повышаются. Второй и первый разряды - очередная ступенька роста и формирования шахматиста, переходный этап от любителя к шахматисту высших разрядов. Поэтому очень важно устранять недостатки в игре, среди которых часто встречается импульсивность мышления. Пороку этому подвержены не только слабые, неопытные шахматисты, но даже и мастера; от него трудно избавиться. Бороться с этим недостатком лучше всего в юные годы. Об искоренении импульсивности подробно освещено в книге «Путь к мастерству» А.Суэтина, опытного гроссмейстера, автора многих методических публикаций.

3.5.13. Программа тренировочного этапа четвертого года ТЭ-4 **Этап спортивной специализации**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Организация и проведение детских турниров в России.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	2	2	-
	2.1. Учет и оформление результатов турнира.	1	1	-
	2.2. Оформление отчета о соревновании.	1	1	-
3.	Спортивный режим и общая физическая подготовка	3	3	-
	3.1. Правильное сочетание труда, отдыха, занятий спортом для юного спортсмена.	1	1	-
	3.2. Режим сна и питание шахматиста.	1	1	-
	3.3. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	8	8	-

	4.1. Э.Ласкер и его подход к шахматам.	1	1	-
	4.2. Творчество: З.Тарраша, Г.Пильсбери, А.Рубинштейна.	2	2	-
	4.3. Шахматная жизнь в начале 20 века.	1	1	-
	4.4. Творчество (избранные партии): А. Нимцовича, Р. Рети, Х.Р. Капабланка, С.Тартаковера.	2	2	-
	4.5. А.Алехин – первый русский чемпион мира. Избранные партии.	2	2	-
5.	Дебют	80	20	60
	5.1. Критическое изучение дебютных руководств.	2	1	1
	5.2. Методы работы с дебютной теорией.	2	1	1
	5.3. Дебютный репертуар шахматиста.	6	2	4
	5.4. Открытые дебюты (испанская партия, защита двух коней, русская партия, королевский гамбит и др.).	20	4	16
	5.5. Закрытые дебюты (ферзевый гамбит - принятый, отказанный), защита Нимцовича и др.).	20	4	16
	5.6. Полуоткрытые дебюты (сицилианская защита, французская защита, защита Каро-Канн, защита Алехина и др.)	20	4	16
	5.7. Типичные комбинации в дебюте	10	4	6
6.	Миттельшпиль. Тактика миттельшпиля.	102	30	72
	6.1. Типичные комбинации в миттельшпиле.	14	4	10
	6.2. Сложные комбинации на сочетание идей.	14	4	10
	6.3. Техника расчета вариантов	8	2	6
	Стратегия миттельшпиля.			
	6.4. Пешечный перевес: в центре	8	2	6
	6.5. Пешечный перевес: на ферзевом фланге,	8	2	6
	6.6. Пешечный перевес: на королевском фланге.	8	2	6
	6.7. Стратегически важные пункты.	6	2	4
	6.8. Форпост. Форпост на открытой линии.	8	2	6
	6.9. Позиционная жертва качества, пешки	8	2	6
	6.10. Инициатива и выгодная расстановка фигур.	6	2	4
	6.11. Стратегическая и тактическая защита.	6	2	4
	6.12. Приемы тактической защиты: отражение непосредственных угроз, неожиданные тактические удары, ловушки.	8	4	4
7.	Эндшпиль	80	20	60

	7.1. Мат слоном и конем.	6	2	4
	7.2. Ладья с пешками против ладьи с пешками.	8	2	6
	7.3. Ладья и пешка против слона.	8	2	6
	7.4. Сложные ладейные окончания.	7	1	6
	7.5. Ферзевые окончания.	8	2	6
	7.6. Ферзь против пешек.	8	2	6
	7.7. Ферзь и пешка против ферзя.	8	2	6
	7.8. Ферзь с пешками против ферзя с пешками.	8	2	6
	7.9. Ферзь против ладьи и пешки. «Крепость».	6	2	4
	7.10. Проблемы перехода из миттельшпиля в эндшпиль.	5	1	4
	7.11. Типичные комбинации в эндшпиле.	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика	3	-	3
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	76	-	76
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	26	-	26
11.	Общеспортивная подготовка	86	-	86
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	138	-	138
13.	Спортивно-оздоровительная работа	15	-	15
14.	Медицинское обследование	6		6
ИТОГО:		624	84	624

3.5.14. Методические рекомендации к тренировочному этапу четвертого года ТЭ-4

Основные направления работы в тренировочной группе четвертого года – углубление теоретических знаний, совершенствование техники расчёта вариантов, изучение типовых позиций миттельшпиля, расширение и углубление индивидуального дебютного репертуара, изучение сложных смешанных окончаний, развитие комбинационного зрения и позиционного чутья.

По истории шахмат спортсменов знакомятся с творчеством второго чемпиона мира Э.Ласкера, удерживавшего шахматный «трон» дольше всех - 27 лет. Никому пока не удалось даже приблизиться к этому достижению. Свою систему шахматно-педагогических взглядов он изложил в заключительном разделе своего знаменитого «Учебника шахматной игры». Главная мысль великого шахматного чемпиона и мудреца: «Обучение шахматной игре должно быть воспитанием способности самостоятельно мыслить».

Миттельшпильную тему «Стратегическая и тактическая защита» удобно раскрыть на одной из партий, прокомментированной в его книге Дж.Блэкберн – В.Стейниц.

Широкий простор для изучения типичных комбинаций даёт книга «По следам дебютных катастроф», много интересного можно найти у А. Ройзмана «Шахматные миниатюры». Поиск комбинационных мотивов во время игры необходим; значительно облегчает работу за доской знание типовых комбинаций. Поэтому на теоретических занятиях важно разбирать как можно больше различных типов комбинаций.

Для совершенствования позиционного «чутья» тоже в первую очередь нужны знания. Некоторые типовые позиции миттельшпиля хорошо изложены в книге известного шахматного методиста, мастера спорта Б.А.Злотника. В частности, позиции с изолированной пешкой в центре «d4» («d5» - у черных), получающиеся в разных дебютных схемах. Автор рассматривает 4 плана для стороны, имеющей изолированную пешку:

1. Атака на королевском фланге. Она имеет две разновидности: а) фигурная атака; б) фигурно-пешечный штурм, сопровождающийся, как правило, вскрытием линий.
2. Вскрытие игры в центре путём продвижения изолированной пешки. Этот план является одним из наиболее эффективных средств, демонстрирующих достоинства изолированной пешки в центре.
3. Продвижение изолированной пешки с целью фиксации пешки противника на соседней вертикали.
4. Развитие активности на ферзевом фланге.

В свою очередь, в распоряжении стороны, борющейся против изолированной пешки, имеются следующие методы защиты:

- а) упрощение игры с целью перевода партии в эндшпиль;
- б) переход к позиции с изолированной пешечной парой (т. е., с «висячими» пешками у противника).

В той же книге Б.Злотник рассматривает также типовые позиции с карлсбадской пешечной структурой. Данная тема изложена и у других авторов. В частности, во вновь переизданной книге на основе знаменитого учебника заслуженного тренера РСФСР Виктора Голенищева «Подготовка юных шахматистов 1 разряда».

Самостоятельная работа - в Программу тренировок группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Содержание и виды работ	Теория	Практика
Постановка дебюта	4	2
Техника разыгрывания окончаний	2	2
Улучшение техники расчета	2	2
Подготовка к соревнованиям	4	2
Разбор партий участников соревнований	4	–
ИТОГО: 24	16	8

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий. Просмотр подборок партий по дебютам.
3. Анализ и устранение ошибок.
4. Психологическая подготовка спортсмена.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с компьютером. Обучение компьютерным программам.
7. Работа с базами данных по дебютам, окончаниям. Решение задач.
8. Работа с литературой

К концу учебного года 75% спортсменов должны выполнить второй разряд, а 25% выполнить норматив первого спортивного разряда.

3.5.15. Программа тренировочного этапа пятого года ТЭ-5
Этап спортивной специализации

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика
1.	Физкультура и спорт в России	1	1	-
	1.1. Международные связи российских шахматистов.	1	1	-
2.	Правила вида спорта шахматы. Организация и судейство соревнований	2	2	-
	2.1. Поведение игроков. Роль арбитра.	1	1	-
	2.2. Быстрая игра до конца партии. Предложение, требование ничьей.	1	1	-
3.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста.	3	3	-
	3.1. Режим дня. Режим сна и питание шахматиста.	1	1	-
	3.2. Двигательная активность шахматиста.	1	1	-
	3.3. Спортивный режим во время соревнований.	1	1	-
4.	История развития шахматной игры.	8	8	-
	4.1. Образование ФИДЕ.	1	1	-
	4.2. Выдающиеся зарубежные шахматисты. Р.Фишер, С.Решевский, Р.Файн, М.Найдорф, С.Глигорич, Б.Ларсен, Л.Портиш, В.Корчной.	2	2	-
	4.3. Выдающиеся отечественные шахматисты М. Ботвинник, П.Керес, Д.Бронштейн, В.Смыслов, М.Таль, Т.Петросян, Б.Спасский, А.Карпов, Г. Каспаров, Л.Штейн.	2	2	-
	4.4. Современные шахматисты: К.Магнус, В.Ананд, В.Крамник, В.Топалов, В.Иванчук, А.Гришук, П.Свидлер и др.	2	2	-
	4.5. Матчи за звание чемпиона мира среди женщин и мужчин.	1	1	-
5.	Дебют	80	20	60
	5.1. Понятие дебютной новинки	4	1	3
	5.2. Дебютный репертуар шахматиста.	3	1	2
	5.3. Концентрический метод изучения дебютных схем	3	1	2
	5.4. Открытые дебюты (испанская партия, защита двух коней, шотландская партия, венская партия, русская партия, защита Филидора, королевский	20	5	15

	гамбит и др.).			
	5.5. Закрытые дебюты (ферзевый гамбит (принятый, отказанный), защита Нимцовича, новоиндийская защита, английское начало и др.)	20	5	15
	5.6. Полуоткрытые дебюты (сицилианская защита, французская защита, защита Каро-Канн, защита Алехина, защита Пирца-Уфимцева и др.)	20	5	15
	5.7. Типичные комбинации в дебюте.	10	2	8
6.	Миттельшпиль <i>Тактика миттельшпиля.</i>	102	30	72
	6.1. Типичные комбинации в миттельшпиле.	6	2	4
	6.2. Сложные комбинации на сочетание идей. Техника расчета комбинаций	6	2	4
	<i>Стратегия миттельшпиля.</i>			
	6.3. Изолированная пешка в центре.	4	1	3
	6.4. Сила и слабость изолированной пешки.	4	1	3
	6.5. «Карлсбадская» структура.	6	2	4
	6.6. Сильная проходная в центре.	4	1	3
	6.7. Пешечный перевес на ферзевом фланге.	4	1	3
	6.8. Создание слабости в лагере противника.	6	2	4
	6.9. Инициатива и наилучшая расстановка фигур.	4	1	3
	6.10. Стратегическая атака: при разноцветных слонах; по большой диагонали.	6	1	5
	6.11. Составление плана защиты.	6	2	4
	6.12. Перегруппировка сил.	6	2	4
	6.13. Экономизм в защите.	4	1	3
	6.14. Размен как средство получения перевеса.	4	1	3
	6.15. Своевременность перехода в эндшпиль.	6	2	4
	6.16. Компенсация: за ферзя, ладью, легкую фигуру	4	1	3
	6.17. Игра на двух флангах.	6	2	4
	6.18. Маневренная борьба в закрытых позициях.	4	1	3
	6.19. Стратегия игры в типовых позициях.	6	2	4
	6.20. Понятие схемы как планов сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных схем.	6	2	4
7.	Эндшпиль	80	20	60
	7.1. Мат слоном и конем.	6	2	4
	7.2. Сложные ладейные окончания.	10	5	5

	7.3. Ферзь против двух ладей, ладьи и легкой фигуры	6	1	5
	7.4. Проблемы перехода из миттельшпиля в эндшпиль.	6	1	5
	7.5. Переход из дебюта в эндшпиль.	6	2	4
	7.6. Сложные окончания	8	2	6
	7.7. Композиция.	14	2	12
	7.8. Этюды.	8	1	7
	7.9. Типичные комбинации в эндшпиле.	16	4	12
8.	Инструкторская и судейская практика	3	-	3
9.	Классификационные турниры. Разбор и анализ партий. Тематическая игра.	76	-	76
10.	Конкурсы решения. Сеансы одновременной игры.	26	-	26
11.	Общефизическая подготовка	86	-	86
12.	Самостоятельная работа (работа по индивидуальным планам в каникулярный период)	138	-	138
	Спортивно-оздоровительная работа	15	-	15
	Медицинское обследование	6		6
ИТОГО:		624	84	624

3.5.16. Методические рекомендации к тренировочному этапу четвертого года ТЭ-5

Выполнение к концу года норм второго спортивного разряда 50%, первого спортивного разряда 50% определяет направления работы со спортсменами. Формируется игровой стиль, индивидуальный дебютный репертуар. Регулярные выступления в соревнованиях способствуют развитию аналитического мышления, исследовательского подхода к шахматной игре. Возрастает роль самостоятельной работы дома с компьютерными программами и литературой. Тщательный разбор и анализ партий становятся нормой.

Большое значение приобретает создание базы данных на возможных конкурентов в Краснодарском крае, Южном Федеральном Округе и России. Вместе с тренером решается задача создания продуманной системы подготовки к соревнованиям и участия в них.

В миттельшпиле продолжается углублённое изучение типовых позиций. Например, пространственный перевес у противника. Пешка «d6» против пешки «e4». Учебная партия, классический пример трактовки этой типовой позиции - Тарраш - Чигорин. 19 партия матча, Петербург, 1893. Ещё один повод подчеркнуть, как важно знание классики. Или 7 партия матча Ласкер – Стейниц, Нью-Йорк, 1894. Пешки «с6» и «e6» против пешки «d4». По терминологии А.Нимцовича - так называемая «пила». Такие позиции превосходно разыгрывал 9-й чемпион мира Т.Петросян.

Примеры из современной практики имеются в учебнике В.Голенищева. Он приводит выдержку из работы А.Нимцовича «Как я стал гроссмейстером»: «Процесс изучения какого-нибудь одного из типичных положений ставит себе целью не только изучение именно этого типичного положения, а улучшение позиционного чутья в целом!»

Прежде всего необходимо исследовать типичные положения, получающиеся из применяемых спортсменами дебютов, а затем неуклонно расширять свой кругозор даже за счёт «нелюбимых» позиций.

Подробно рассматривается тема: «Компенсация за пешку». Выдающийся гроссмейстер, шахматист острокомбинационного стиля Р.Шпильман делил все жертвы на две группы: мнимые и реальные. Мнимые - область комбинаций, их последствия могут быть точно рассчитаны вплоть до матового финала, достижения материального перевеса или эффектного спасения. При реальных жертвах борьба не имеет такой форсированности. На первый план выступает интуиция, оценка позиции. Расчёт вариантов часто играет вспомогательную роль. Реальная жертва немыслима без творческого риска. Жертва пешки в большинстве случаев относится к реальным жертвам и может быть, как динамической, так и позиционной. В области эндшпиля полезно решать этюды с самым разнообразным материалом.

Самостоятельная работа - в Программу тренировок группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Содержание и виды работ	Теория	Практика
Постановка дебюта	4	2
Техника разыгрывания окончаний	2	2
Улучшение техники расчета	2	2
Подготовка к соревнованиям	4	2
Разбор партий участников соревнований	4	–
ИТОГО: 24	16	8

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий. Просмотр подборок партий по дебютам.
3. Анализ и устранение ошибок.
4. Психологическая подготовка спортсмена.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с компьютером. Обучение компьютерным программам.
7. Работа с базами данных по дебютам, окончаниям. Решение задач. Работа с литературой

3.6. Методические рекомендации по организации общей физической подготовки

1. Строевые упражнения

Построение в шеренгу, колонну (соблюдая определенный интервал и дистанцию). Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Отставить!». Расчет группы: по порядку, на первый и второй. Повороты на месте и в движении: направо, налево, кругом. Передвижения: шаг и бег на месте, походный (обычный) шаг, бег, переход с шага на бег и с бега на шаг, изменение длины и частоты шагов. Перестроения: из одной шеренги в две, из

колонны по одному в колонну по два, повороты в движении. Размыкание и смыкание: приставными шагами, в движении.

2. Общеразвивающие упражнения без предметов

Для мышц рук и плечевого пояса: одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, маховые и круговые движения, взмахи и рывковые движения в различных исходных упражнениях, на месте и в движении, сгибание - разгибание рук в упоре лежа.

Для мышц шеи и туловища: наклоны (вперед, в сторону, назад), повороты (направо, налево), наклоны с поворотами, вращения.

Для мышц ног: поднимание и опускание ноги (прямой и согнутой, вперед, в сторону и назад), сгибание и разгибание ног стоя (полуприсед, присед, выпад), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, скрестно, на одной ноге), передвижение прыжками на одной и двух ногах.

Для мышц тела: сочетание движений различными частями тела (приседания с наклоном вперед и движениями руками, выпады с наклоном туловища, вращение туловища с круговыми движениями руками, посредством сгибания и разгибания ног), упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба на носках, на пятках, на внутренней, наружной стороне стопы, в полуприседе и приседе, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону. Бег на короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различные дистанции. Прыжки в высоту и длину с разбега и с места. Метание мяча. Спортивные и подвижные игры.

Туризм: походы, в том числе многодневные. Экскурсии и прогулки в лесу.

Плавание: обучение плаванию различными стилями, приемы спасения утопающих.

3. Общеразвивающие упражнения с предметами

Со скакалкой: с короткой – подскоки на одной и двух ногах, с ноги на ногу, бег со скакалкой, с длинной – пробегание под вращающейся скакалкой, подскоки на одной и двух ногах.

С гимнастической палкой: наклоны и повороты туловища (стоя, сидя, на коленях, лежа), с различными положениями палки (вверх, вперед, вниз, за голову, за спину), перешагивание и перепрыгивание через палку, круты, упражнения с сопротивлением партнера.

С баскетбольными мячами: броски из различных положений: сидя, стоя, лежа, броски одной и двумя руками, броски из-за головы, сбоку, снизу, ведение мяча с постепенным ускорением движения, броски в корзину одной, двумя руками, с места и в движении, игровые упражнения, эстафеты с мячами.

С набивными мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх, и ловля с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и вдвоем из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переноска мяча, броски ногами, эстафеты и игры с мячом.

4. Дыхательная гимнастика

1-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный, глубокий вдох на протяжении 4-х шагов, руки свободно опущены вниз. После произвольного полного вдоха и короткого отдыха (3-5 шагов) упражнение повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха

увеличивается. Через некоторое время обучающийся довольно легко выполняет серии вдохов на 8, 12, 16, 20 и более шагов.

2-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный глубокий вдох на протяжении 4 шагов. Последующий полный выдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Через несколько занятий продолжительность выдоха доводится до 16 шагов. Выдох должен быть непрерывным и максимально полным. В конце выдоха плечи опущены, голова наклонена вперед.

3-е упражнение. Стоя, вытянув руки вверх, прогнуться, сделать полный глубокий вдох. Руки опустить резко вниз, сделать дополнительный короткий вдох. В этом упражнении обучающийся должен почувствовать, что при опускании рук создались дополнительные условия для вдоха и это позволило вдохнуть дополнительную порцию воздуха. Упражнение выполняется 6-8 раз.

4-е упражнение. Выполняется в движении или стоя на месте. Исходное положение: руки опущены вдоль туловища, мышцы плечевого пояса расслаблены, голова слегка наклонена вперед. Обучающийся делает максимально глубокий вдох, затем поднимаясь на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз.

Эффективность дыхательных упражнений очень велика, даже если им уделять в день по 5-6 минут. Улучшение в системе дыхания наступает уже через несколько занятий. Дыхание становится более глубоким и более редким. Жизненная емкость легких часто уже за 2-3 месяца систематических занятий увеличивается на 400-600 куб.см. Упражнения рекомендуется выполнять на свежем воздухе. Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать с гигиеническими процедурами и закаливанием.

3.7. Методические рекомендации по организации психологической подготовки

Основное содержание психологической подготовки шахматистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям шахматами;
- развитие личностных качеств;
- совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключения), воображения, памяти, что способствует быстрому восприятию информации и принятию решений;
- развитие специфических качеств – развитие комбинационного зрения и позиционного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, постоянный аналитический анализ;
- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру-преподавателю следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на шахматистов, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, в водной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций. В подготовительной части – методы развития внимания, сенсомоторики и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные

психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки в решающей степени зависит от психических особенностей шахматистов, задач и направленности тренировочного занятия.

Оценка эффективности психолого-педагогических воздействий осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализа различных материалов, характеризующих личность шахматиста. Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения коррективов в тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шахматистов.

Таблица №8

Таблица самооценки состояния утомления спортсмена-шахматиста

Самооценка, ощущение при развитии утомления	Способы предупреждения и борьбы с ощущениями при развитии утомления утомлением.
<ul style="list-style-type: none"> - усталость глаз; - тяжелая голова; - «ватная голова» - болит голова; - «туманная голова» - вялость; - сонливость; - апатия; - нежелание играть; - раздражительность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка психофизиологической стоимости каждой партии: знание уровня своей выносливости. 2. Аэробные физические нагрузки, ежедневная гимнастика, применение витаминов. 3. Умение восстанавливаться после игры.
<ul style="list-style-type: none"> - трудность сосредоточиться на игре; - появление «посторонних мыслей», музыкальных мелодий; - утрата бдительности; - трудность представления позиций и расчета вариантов; - при нехватке времени – потеря «шахматного видения» и самоконтроля 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аутомассаж, релаксационные паузы, умывание холодной водой, прогулки по залу (свежий воздух). 2. Прием глюкозы – сахаросодержащих: конфет, печенья, пряников и др. кондитерских изделий, фруктовых соков и фруктов. Прием тонизирующих напитков: чая, кофе, лимонада.

3.8. Методические рекомендации по организации восстановительных средств и мероприятий

Для восстановления работоспособности спортсменов необходимо использовать широкий круг средств и мероприятий (педагогических, гигиенических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей шахматистов.

Возросший объем и интенсивность тренировочного процесса в современных условиях вызывают необходимость в планировании и проведении эффективных мероприятий по обеспечению ускорения восстановительных процессов в организме спортсмена с целью повышения его работоспособности, предупреждения перенапряжений и других нарушений в состоянии здоровья. Восстановительные мероприятия должны рассматриваться как неотъемлемая часть тренировочного процесса.

Средства и методы восстановления подразделяются на следующие группы:

- 1) естественные и гигиенические;
- 2) педагогические;
- 3) медико-биологические;
- 4) психологические.

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Для начинающих шахматистов требуется минимальное количество медико-биологических средств с относительным увеличением доли естественных, гигиенических и педагогических факторов.

Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция спортсмена на процедуры.

Восстановительные процедуры осуществляются преимущественно после занятий и в дни отдыха. После дневной тренировки могут быть использованы вибромассаж, корректирующие упражнения, психореабилитационные процедуры. В дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна. Во время интенсивных тренировок на тренировочных сборах может быть рекомендован следующий примерный восстановительный комплекс:

- 1) непродолжительный (3-5 минут) вибромассаж. При необходимости можно добавить ручной массаж утомленных групп мышц;
- 2) водные процедуры;
- 3) отдых на кушетках, в креслах (8-10 минут);
- 4) дневной сон (1,5-2 часа).

Объем восстановительных средств в месячных и годичных циклах определяется в соответствии с особенностями подготовки. В подготовительном и переходном периодах тренировок увеличивается доля естественных и гигиенических средств восстановления. В соревновательном периоде возрастает объем медико-биологических и психологических средств. Таким образом, планирование объема восстановительных мероприятий имеет те же принципы, что и планирование тренировочных нагрузок, то есть систематичность, вариативность, учет индивидуальных особенностей организма шахматиста.

При организации восстановительных мероприятий следует учитывать субъективные и объективные признаки утомления, не довосстановления.

Субъективные: шахматист не желает выполнять задания, проявляются вялость, апатия, иногда раздражительность, возможны плохой аппетит и сон, нарушение психической деятельности.

Объективные симптомы – снижение работоспособности, изменения в деятельности сердечно-сосудистой системы, нервно-мышечного аппарата, биохимических показателей биологических жидкостей (кровь, моча, слюна). В таком состоянии тренировки с повышенными нагрузками должны быть прекращены и проведен комплекс мероприятий по восстановлению организма спортсмена.

1. Естественные и гигиенические средства восстановления

К данным средствам восстановления относятся:

- 1) рациональный режим дня;
- 2) правильное, то есть рациональное калорийное и сбалансированное питание;
- 3) естественные факторы природы.

Режим дня.

Следует составлять с учетом правильной смены различных видов деятельности, дифференцированного подхода к разным группам обучающихся (в зависимости от возраста,

закономерностей восстановления организма) и имеющихся условий. При этом должна быть соблюдена рациональная организация тренировочных занятий, активного и пассивного отдыха, питания, специальных профилактически-восстановительных мероприятий, свободного времени.

Организация питания.

Основными формами питания являются завтрак, обед и ужин, однако, с точки зрения восстановительных процессов, под средствами питания понимается не обычное питание, а его составление с учетом специфики и характера как вообще шахматного спорта, так и непосредственно характера тренировочных нагрузок.

Питание шахматиста должно быть подчинено определенному режиму. Пища должна быть не только калорийной, но и разнообразной, с включением растительных жиров.

В период интенсивных тренировочных нагрузок целесообразно многократное питание до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности).

Использование естественных факторов природы.

Велико значение использования естественных и гигиенических факторов. Это солнечные и воздушные ванны, купание, закаливание, прогулки в парке – факторы, встречающиеся на определенном пространстве и действующие на нервную систему как тонизирующие раздражители.

Экскурсии, выезды на лоно природы должны рассматриваться как обязательная часть не только воспитательной работы, но и восстановительных мероприятий. Использование естественных средств восстановления также должно проводиться на основе четкого плана, увязанного с планом всей подготовки

2. Педагогические средства восстановления

Под педагогическими средствами восстановления подразумевается организация тренировочного процесса, включающая активный отдых, а именно:

а) рациональное планирование тренировки, то есть соответствие нагрузок функциональным возможностям организма, рациональное сочетание общих и специальных средств тренировки, оптимальное построение тренировочных микро- и макроциклов, волнообразность нагрузки и отдыха, их оптимальное сочетание, широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому, введение специальных восстановительных циклов;

б) правильное построение отдельного тренировочного занятия с использованием необходимых вспомогательных средств для снятия утомления: полноценная подготовительная и заключительная части занятия, правильный подбор мест занятий, введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона.

Педагогические средства должны обеспечивать эффективное восстановление за счет рациональной организации всего процесса подготовки.

Большое значение как средство активного отдыха и средство повышения функциональных возможностей организма шахматиста имеет общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка способствует ускорению восстановительных процессов в организме, расширяет функциональные возможности организма и позволяет выдерживать более высокие умственные и психические нагрузки. Среди средств общей физической подготовки важны ходьба, бег, бег на коньках, которые расширяют возможности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, прыжковые упражнения и силовые локальные упражнения для отдельных групп мышц.

3. Медико-биологические средства восстановления

К данным средствам и методам восстановления относятся:

- 1) специальное питание и витаминизация;
- 2) фармакологические;
- 3) физиотерапевтические;
- 4) бальнеологические.

Среди медико-биологических средств, используемых в шахматах, большую значимость имеет специально подобранное питание, а также витамины.

4. Психологические средства восстановления

Следовательно, выделяются собственно психологические, психолого-биологические и психотерапевтические средства, к которым относятся многообразные средства восстановления: от психорегулирующих, аутогенных тренировок, индивидуальной работы с психологом до простых отвлекающих приемов. С каждым годом психологические средства восстановления приобретают все большее значение в шахматах. С помощью этих средств снижается уровень нервно-психологического напряжения и уменьшается умственное утомление.

В целом особое внимание следует обращать на четкую организацию и планирование восстановительных мероприятий.

3.9. Методические рекомендации по организации инструкторской и судейской практики

Подготовку спортсменов к роли помощника тренера-преподавателя, инструктора и судьи целесообразно начинать на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации). Занятия спортсменов по этой теме следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, навыками дежурного по группе (подготовка места занятий, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность учащихся наблюдать за выполнением упражнений другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время тренировок необходимо приучать шахматистов к самостоятельному ведению дневника: вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

4. Требования к результатам освоения программы по предметным областям

Соответственно на этапах освоения программы спортсмены должны знать определённый комплекс теоретических знаний и уметь выполнять следующие практические задания:

ЗНАТЬ	УМЕТЬ
Начальная подготовка – 1 год	
- шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, начальное положение, белые, черные, ход, взятие, стоять под	- ориентироваться на шахматной доске; - правильно помещать шахматную доску между партнерами; - различать горизонталь, вертикаль, диагональ;

<p>боем, взятие на проходе. - правило «взялся – ходи»</p>	<p>- играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса.</p>
<p>- названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король; - правила хода и взятия каждой фигуры.</p>	<p>- правильно расставлять фигуры перед игрой; - ходить всеми фигурами.</p>
<p>- правила выполнения длинной и короткой рокировки; - шах, мат, пат, ничья.</p>	<p>- рокировать короля в длинную и короткую сторону; - объявлять шах; - ставить мат в 1 ход; - владеть техникой матования одинокого короля: ферзем, ладьей.</p>
<p>- простейшие тактические приемы и комбинации: - двойной удар; - связка.</p>	<p>- решать простейшие тактические задачи; - проводить комбинации;</p>
<p>- понятия о начале партии.</p>	<p>- правильно развивать легкие фигуры в начале партии.</p>
Начальная подготовка – 2 год	
<p>- обозначения горизонталей, вертикалей; - шахматную нотацию; - краткую запись названия шахматных фигур</p>	<p>- записывать шахматную партию; - пользоваться шахматными часами;</p>
<p>- ценность шахматных фигур, - сравнительную силу фигур;</p>	<p>- оценивать позицию с точки зрения ценности фигур; - оценивать сравнительную силу фигур в зависимости от расположения фигур на доске.</p>
<p>- первоначальное понятие дебюта; - основные принципы разыгрывания несложных вариантов в дебютах: - итальянскую партию; - защиту 2-х коней; - понятие темпа.</p>	<p>- грамотно располагать шахматные фигуры в итальянской партии и защите 2-х коней;</p>
<p>- первоначальное понятие о миттельшпиле; - тактические приемы: двойной удар, связка, отвлечение, завлечение, жертва.</p>	<p>- решать тактические задачи на мат 1-2 хода; - находить и проводить элементарные тактические удары и комбинации во время партий.</p>
<p>- первоначальные понятия об эндшпиле; - виды матов: линейный, эполетный, спертый, экономичный.</p>	<p>- матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей, всеми фигурами.</p>
Начальная подготовка – 3 год	
<p>- основные принципы разыгрывания в дебютах; - ловушки в дебютах: итальянская партия, защита 2- коней; - быстрое развитие (мобилизация) сил в дебюте;</p>	<p>- грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте; - вести борьбу за центр; - знать по 1-2 варианту королевского гамбита (принятый, отказанный); - грамотно обеспечивать безопасность короля;</p>

<ul style="list-style-type: none"> - понятие «гамбит». - Королевский гамбит; - первоначальные понятия борьбы за центр; - безопасность короля; - понятие о флангах. 	<ul style="list-style-type: none"> - играть на флангах;
<ul style="list-style-type: none"> - основные тактические приёмы: двойной удар, связка, отвлечение, завлечение, рентген, блокировка; 	<ul style="list-style-type: none"> - находить несложные тактические удары и проводить комбинации; - решать тактические задачи на мат 2-3 хода; - находить и проводить элементарные тактические удары и комбинации во время партий.
<ul style="list-style-type: none"> - тяжелофигурный, легкофигурный и пешечный эндшпиль; - понятия оппозиция, ключевые поля. 	<ul style="list-style-type: none"> - точно разыгрывать простейшие окончания; - решение заданий и этюдов.
Тренировочный этап – 1 год	
<ul style="list-style-type: none"> - элементарные понятия об истории шахмат 	<ul style="list-style-type: none"> - краткую историческую справку о шахматах, - знать чемпионов мира по шахматам.
<ul style="list-style-type: none"> - шахматный кодекс 	<ul style="list-style-type: none"> - регламент соревнований.
<ul style="list-style-type: none"> - элементарные дебютные принципы в открытых дебютах (итальянская, испанская партия, королевский гамбит, защита двух коней); - основные планы сторон в открытых дебютах; - пешечный центр; - безопасность короля; - взаимодействие легких и тяжелых фигур; - план игры; - ловушки в открытых дебютах 	<ul style="list-style-type: none"> - разыгрывать открытые дебюты; - составлять план игры; -обеспечивать безопасность короля;
<ul style="list-style-type: none"> - понятие о тактике игры - цели и задачи тактики; - техника расчета вариантов; - легкофигурные комбинации; - тяжелофигурные комбинации; - ловушки в миттельшпиле; - атака на короля; - разрушение пешечного прикрытия короля с помощью жертвы фигуры; - дефекты пешечной структуры; - борьба за линии; - оценка позиции; 	<ul style="list-style-type: none"> - реализовывать материальный перевес; - классифицировать комбинации по идеям; - решать тактические комбинации на сочетание идей; - решать задачи на мат -2-3 хода. - атаковать слабые поля «f2», «f7»; - вести атаку на короля; - вести атаку на рокированного и на не рокированного короля; Вести атаку при разносторонних рокировках; - реализовывать материальный перевес. - не допускать дефекты в пешечной структуре; - вести борьбу по открытым линиям; - оценивать позицию; - составлять план игры на основе оценки

	позиции;
<ul style="list-style-type: none"> - пешечную структуру; - пешечные окончания; - виды оппозиций; - поля соответствия; - легкофигурные окончания (слоновые); - ладейные окончания; 	<ul style="list-style-type: none"> - оценивать пешечную структуру; - реализовывать лишнюю пешку в многопешечных окончаниях; - матовать одинокого короля противника слонами; - играть эндшпиль «ладья с пешками против ладьи с пешками»
Тренировочный этап – 2 год	
- историю развития шахмат в Европе 19 в.	<ul style="list-style-type: none"> - краткую историческую справку о развитии шахматах в первой половине 19 в. - творчество Лабурдонне-Мак Доннелля, А.Андерсен, П. Морфи.
- шахматный кодекс ФИДЕ	<ul style="list-style-type: none"> - знать основные положения шахматного кодекса: <ul style="list-style-type: none"> - системы соревнований; - таблицу очередности игр; - турнирная таблица
<ul style="list-style-type: none"> - элементарные дебютные принципы; - вскрытие игры; - фланговые операции в дебюте; - понятия мобилизации и шаблона; - типичные комбинации в дебюте; - типовые приемы игры в разменном варианте в испанской партии; - сицилианскую защиту, вариант Дракона; - староиндийскую защиту (классический вариант); - французскую защиту; 	<ul style="list-style-type: none"> - реализовывать материальный перевес; - уметь вскрывать (подрывать) центр противника; - уметь обосновывать выбор фланговых операций; - уметь находить контр удар против фланговых операций; - уметь разыгрывать разменный вариант испанской партии; - уметь разыгрывать вариант Дракона; - знать основные варианты (классические) сицилианской защиты, французской защиты, староиндийской защиты.
<ul style="list-style-type: none"> - оценка позиции, план игры; - комбинации на сочетание идей: спертый мат, слабость первой (восьмой) горизонтали; - фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h»; - использование диагоналей для атаки; - атаку при разноцветных слонах; - атаку тяжелыми фигурами; 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь выбирать план игры на основе оценки позиции; - уметь находить комбинации на сочетание идей; - уметь организовать фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h»; - вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2); - уметь организовать атаку разноцветными слонами; - понимать преимущество двух слонов; - знать способы защиты от атаки; - понимать роль контратаки и контрудара в центре и на фланге
- элементарные теоретические и несложные вопросы техники игры в эндшпиле: пешечные окончания, конь	<ul style="list-style-type: none"> - вести игру в эндшпиле: конь с пешками против коня с пешками, два слона в эндшпиле, ладья с пешкой против ладьи;

против пешек, слон против пешек, ферзь против проходной пешки, ладья и пешка против ладьи.	- уметь играть в смешенных окончаниях: ладья против слона или коня, ладья против двух легких фигур.
Тренировочный этап – 3 год	
- историю развития шахмат во второй половине 19 в.	- краткую историческую справку о развитии шахматах во второй половине 19 в. - творчество В.Стейница, М. Чигорина, А.Петрова, К.Яниша, братьев Урусовых, И.Шумова.
- шахматный кодекс ФИДЕ	- знать основные положения шахматного кодекса: - роль судьи; - контроль времени; - оформление отчета о соревновании
- элементарные дебютные атаки; - контратака; - фланговые операции в дебюте; - понятия мобилизации и шаблона; - типичные комбинации в дебюте; - типовые приемы игры в разменном варианте в испанской партии; - сицилианскую защиту, вариант Дракона; - староиндийскую защиту (классический вариант); - французскую защиту;	- реализовывать материальный перевес; - уметь вскрывать (подрывать) центр противника; - уметь обосновывать выбор фланговых операций; - уметь находить контр удар против фланговых операций; - уметь разыгрывать разменный вариант испанской партии; - уметь разыгрывать вариант Дракона; - знать основные варианты (классические) сицилианской защиты, французской защиты, староиндийской защиты.
- оценка позиции, план игры; - комбинации на сочетание идей: спертый мат, слабость первой (восьмой) горизонтали; - фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h»; - использование диагоналей для атаки; - атаку при разноцветных слонах; - атаку тяжелыми фигурами;	- уметь выбирать план игры на основе оценки позиции; - уметь находить комбинации на сочетание идей; - уметь организовать фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h»; - вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2); - уметь организовать атаку разноцветными слонами; - понимать преимущество двух слонов; - знать способы защиты от атаки; - понимать роль контратаки и контрудара в центре и на фланге;
- элементарные теоретические и несложные вопросы техники игры в эндшпиле: пешечные окончания, конь против пешек, слон против пешек, ферзь против проходной пешки, ладья и пешка против ладьи.	- вести игру в эндшпиле: конь с пешками против коня с пешками, два слона в эндшпиле, ладья с пешкой против ладьи; - уметь играть в смешенных окончаниях: ладья против слона или коня, ладья против двух легких фигур.

Тренировочный этап – 4 год	
- историю развития шахмат в 20в.	- краткую историческую справку о развитии шахматах в 20 в. - творчество Э. Ласкера, З.Тарраша, Г.Пильсбери, А.Рубинштейна, А.Нимцовича, Р. Рети, С.Тартакова, А.Алехина.
- названия дебютов по внешним признакам - методы работы с дебютной теорией - типичные комбинации в дебюте, миттельшпиле - комбинации на сочетание идей - форпост - позиционная жертва качества, пешки	- осознанное владение принципами дебютной теории - подбирать дебютный репертуар - оценивать позицию - находить типичные комбинации в дебюте, в миттельшпиле - технику расчета комбинаций - приемы тактической защиты - находить тактические удары и ловушки - осуществлять стратегическое планирование
- эндшпили различных типов: - легкофигурный; - тяжелофигурный; - ладья и слон против ладьи с пешками; - ладья и пешка против слона - ферзь против пешки и ферзя; - ферзь против ладьи и пешки;	- реализовывать материальный перевес в эндшпиле различного тапа (лишняя пешка); - оценивать позицию;
Тренировочный этап – 5 год	
- Крупнейшие турниры конца 20в. и начала 21 в.	- творчество М. Эйве, М. Ботвинника, С.Решевского, Р.Файна, М.Найдорфа, С.Глигорича, Б.Ларсена, Л.Портиша, П.Кереса, Д.Бронштейна, В.Смыслова, М.Таля, Т.Петросяна, Б.Спасского, Л.Штейна и др. - творчество чемпионов мира. - творчество современных шахматистов.
- современные дебютные принципы, - названия дебютов по внешним признакам с запоминанием первых 7 - 8 ходов; - типичные комбинации в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. - Карлсбадскую структуру	- реализовывать материальный перевес и позиционный перевес; - обнаруживать в позиции скрытые возможные тактические приёмы и комбинации; - осуществлять стратегическое планирование; - вести борьбу в закрытых позициях.
- эндшпили различных типов: - сложные ладейные окончания; - легкофигурные окончания; - композиция, этюд.	- вести игру в сложных легкофигурных и тяжелофигурных окончаниях; - реализовывать материальный перевес и позиционный перевес.

5. Промежуточная аттестация

5.1. Комплексы контрольных заданий и упражнений для оценки результатов освоения программы при проведении промежуточной аттестации

1. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 1 года:*

1. Знание линий шахматной доски.
2. Умение определять цвет полей шахматной доски
3. Знание правил ходов и взятий шахматных фигур.
4. Умение играть шахматную партию.

2. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 2 года:*

1. Знание основ шахматного кодекса. Умение определять цвет полей шахматной доски по названным координатам; Умение записывать партию.
2. Знание истории происхождения шахмат и распространения их на Востоке;
3. Знание простейших дебютных принципов;
4. Владение простейшими принципами реализации материального преимущества;
5. Умение ставить мат: ферзь и король против короля, линейный мат, ладья и король против короля;
6. Умение находить защиту от шаха;
7. Умение находить взятия фигур и пешек практически с любой позиции;
8. Участие в квалификационных турнирах.

3. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 3 года:*

1. Знание основ шахматного кодекса, умение записывать партию.
2. Знание правил игры с использованием шахматных часов;
3. Знание стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, скандинавской защите;
4. Знание основных дебютных принципов;
5. Умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов;
6. Умение находить активные ходы-кандидаты;
7. Умение ставить мат всеми фигурами независимо от расположения фигур;
8. Умение оценивать сравнительную силу фигур в зависимости от расположения фигур на доске;
9. Умение оценивать позицию: ничья или выигрыш;
10. Участвовать в классификационных турнирах.

4. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 1 года:*

1. Знание истории распространения шахмат на Востоке и Европе.
2. Владение основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знания стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, защите 2-коней, королевском гамбите;
3. Умение активно развивать легкие фигуры в дебюте;

4. Умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов;
5. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший;
6. Умение составлять план игры;
7. Умение оценивать позицию;
8. Умение вести борьбу на флангах;
9. Владение основами пешечного эндшпиля;
10. Знание принципа игры в окончаниях: легкая фигура и пешка, тяжелая фигура и пешка;
11. Участвовать в квалификационных турнирах.

5. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 2 года:*

1. Знание чемпионов мира;
2. Знание категорий соревнований;
3. Умение составлять план игры и дать оценку в дебюте;
4. Умение вести окончания: «ладья с пешками против ладьи с пешками»;
5. Владение основными принципами разыгрывания дебюта.
6. Знание стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, испанской партии, королевском гамбите (принятом, отказанном), защите двух коней;
7. Умение осуществлять шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов;
8. Умение решать тактические комбинации на сочетание идей;
9. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший;
10. Владение понятиями: «атака в шахматной партии», «безопасность короля»;
11. Умение составлять план игры, оценивать позицию;
12. Умение ставить мат двумя легкими фигурами;
13. Участвовать в квалификационных турнирах.

6. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 3 года:*

1. Знание разрядные нормы и требования по шахматам;
2. Знание системы соревнований;
3. Умение пользоваться таблицей очередностей игры; Определять цвет фигур; контроль времени;
4. Умение составлять план игры и дать оценку позиции;
5. Умение организовать фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h»;
6. Умение организовать атаку разноцветными слонами;
7. Умение вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2);
8. Знание способов защиты от атаки; понимание роли контратаки и контрудара в центре и на фланге;
9. Владение основными принципами разыгрывания дебюта. Знание стратегических идей в некоторых дебютных системах: испанской партии в разменном варианте, сицилианской защите, варианте Дракона, староиндийской защите (классический вариант), французской защите;
10. Умение осуществлять шахматные приемы на сочетание идей;
11. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший;

12. Умение составлять план игры, оценивать позицию;
13. Умение играть смешанные окончания;
14. Умение вводить варианты определенных дебютов и схем в компьютер;
15. Умение разбирать свои партии с помощью компьютера;
16. Участвовать в классификационных турнирах.

7. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 4 года:*

1. Умение составлять план игры и дать оценку позиции;
2. Умение организовать фигурно-пешечную атаку;
3. Умение вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2);
4. Знание способов защиты от атаки; умение находить контратаки и контрудары в центре и на фланге;
5. Умение разыгрывать открытые, закрытые и полуоткрытые дебюты. Знание стратегических идей в некоторых дебютных системах: испанской партии в разменном варианте, сицилианской защите, варианте Дракона, староиндийской защите (классический вариант), французской защите;
6. Умение находить 4-5 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший;
7. Умение составлять план игры, оценивать позицию;
8. Умение играть тяжелофигурные окончания;
9. Умение самостоятельно подготовиться к очередной партии, найти варианты определенных дебютов и схем с помощью компьютерных программ по шахматам;
10. Умение разбирать свои партии с помощью компьютера;
11. Участвовать в классификационных турнирах.

8. *Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 5 года:*

1. Умение составлять план игры и дать оценку позиции;
2. Умение организовать фигурно-пешечную атаку;
3. Умение находить способы защиты от атаки;
4. Умение находить контратаки и контрудары в центре и на фланге;
5. Умение вести маневренную борьбу в закрытых позициях.
6. Умение разыгрывать карлсбадскую структуру.
7. Умение находить 5-6 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший;
8. Умение составлять план игры, оценивать позицию;
9. Умение играть позиции с изолированной пешкой в центре; умение использовать силу и слабость изолированной пешки.
10. Умение играть сложные тяжелофигурные окончания: ферзь против двух ладей; ладья и легкая фигура;
11. Умение самостоятельно подготовиться к очередной партии, найти варианты определенных дебютов и схем с помощью компьютерных программ по шахматам;
12. Умение разбирать и анализировать свои партии с помощью компьютера;
13. Участвовать в классификационных турнирах.

5.2. Нормативы по общей физической подготовки для определения уровня усвоения программы при проведении промежуточной аттестации учащихся

Нормативы/ Возрастные группы	Развиваемое физическое качество									
	Быстрота				Скоростно-силовые качества				Силовая выносливость	
	Бег 30 м		Челночный бег 3x10, м		Складывание за 30 сек		Прыжки в длину с места, м		Сгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	Подтягивание из виса, Кол-во раз
Возраст	м	м	д	д	м	д	м	д	д	м
6-7	6,4	10,0	10,3	6,5	-	-	1,1	1,0	2	1
8	6,3	9,8	10,0	6,4	12	10	1,15	1Д	3	2
9	6,0	9,6	9,8	6,1	14	12	1,2	1,15	5	3
10	5,9	9,4	9,6	6,0	15	13	1,3	1,2	7	4
11	-	9,2	9,5	-	16	14	1,4	1,3	9	5
12	-	9,0	9,3	-	18	16	1,5	1,4	11	6
13	-	8,8	9,0	-	2	18	1,6	1,5	13	7
14	-	8,3	8,8	-	20	18	1,7	1,6	15	8
15	-	8,0	8,5	-	20	18	1,8	1,7	17	9
16	-	7,8	8,2	-	20	18	2,1	2,0	19	10
17	-	7,5	7,8	-	23	21	2,3	2,2	21	11
18	-	7,0	7,3	-	23	21	2,4	2,3	23	12

ПРОТОКОЛ

приема контрольных нормативов по общей физической подготовке

Наименование организации МБУ ДО ДЮСШШ, группа _____

Вид спорта шахматы, тренер-преподаватель _____

№ п/п	Фамилия, имя	Год рожд.	Нормативы										Общая оценка	
			Бег 30 м		Челночный бег 3x100		Отжимание/приседание		Прыжок в длину с места попытки.					
			рез.	оц.	рез.	оц.	рез.	оц.	1	2	3	оценка		
1.														
2.														
3.														
4.														
5.														
6.														
7.														
8.														
9.														
10.														

Число сдавших _____

Число не сдавших _____

Тренер-преподаватель _____ Дата _____

Комиссия: _____ замдиректора по УСР

_____ замдиректора по МР

_____ инструктор-методист

5.3. Методические указания по организации аттестации спортсменов

Форма проведения промежуточной аттестации определяется МБУ ДО ДЮСШШ самостоятельно и проводится в соответствии с Положением о проведении промежуточной аттестации, утвержденным приказом директора.

При проведении промежуточной аттестации спортсменов учитываются результаты освоения программы по каждой предметной области.

На основании результатов промежуточной аттестации, а также с учетом результатов выступления на официальных спортивных соревнованиях осуществляется перевод спортсменов на следующий этап подготовки.

Промежуточную аттестацию сдают спортсмены после каждого года на этапах подготовки для проверки результатов освоения Программы.

Промежуточную аттестацию сдают спортсмены в течение года на этапах подготовки для проверки результатов освоения нормативных требований в соответствии с Программой.

Промежуточная аттестация по общей физической и специальной физической подготовке проводится не менее двух раз в течение года по графику внутреннего контроля.

Результаты сдачи контрольных нормативов промежуточной аттестации оформляются протоколами и утверждаются приказом директора МБУ ДО ДЮСШШ.

Спортсмены, не выполнившие предъявляемые Программой требования на этапе подготовки соответствующего года тренировки, предоставляется возможность продолжить тренировки повторно на данном этапе подготовки соответствующего года.

6. Требования техники безопасности в процессе реализации Программы

1. Общие требования безопасности.

1. К работе в кабинет шахмат допускаются спортсмены, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности, ознакомленные с инструкцией по технике безопасности и правилами поведения.

2. Опасными факторами в кабинете шахмат являются:

- Физические (неисправная или несоответствующая требованиям СанПиН мебель); опасное напряжение в электрической сети; технические средства обучения;
- Химические (пыль);
- Психофизиологические (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статистические нагрузки и монотонность труда).

3. Работа спортсменов в кабинете шахмат разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.

4. Во время занятий посторонние лица могут находиться в кабинете только с разрешения тренера-преподавателя.

5. Во время перерывов между занятиями проводится обязательное проветривание помещения с обязательным выходом учащихся из класса.

6. Каждый спортсмен в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

7. Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях. Правильная поза:

- Длина сиденья должна соответствовать длине бедер спортсмена;
- Высота ножек стула должна равняться длине голени;
- Голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;

- Между краем стола и грудной клеткой сидящего спортсмена необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;

- Расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;
- Позвоночник опирается на спинку стула;
- Предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно;
- Надплечья находятся на одном уровне.

8. Спортсмены не должны приносить посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.

9. Спортсмены обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

10. Спортсмены должны знать место нахождения аптечки и уметь оказать первую доврачебную помощь

11. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

12. Спортсмены запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющемуся в кабинете оборудованию, закрытым книжным шкафам.

13. Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение инструкции, привлекаются к ответственности.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Проверить правильность установки стола, стула.

2. Подготовить к работе рабочее место, убрав все лишнее со стола, а портфель или сумку в специально отведенное место.

3. Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру-преподавателю.

4. При работе в кабинете шахмат категорически запрещается:

- Находиться в классе в верхней одежде;
- Находиться в классе с напитками и едой.

3. Требования безопасности во время занятий.

1. Входить в класс по указанию тренера-преподавателя, соблюдая порядок и дисциплину.

2. Неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя.

3. Постоянно поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.

4. Учащиеся должны соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперед; предплечья должны опираться на поверхность стола.

5. Не включать самостоятельно компьютер.

6. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях:

- Физкультминутки, динамические паузы;
- Минутки релаксации;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Массаж активных точек;
- Речевая гимнастика.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий прекратить проведение занятий и сообщить тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.

2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4. При возникновении пожара в классе не впадать в панику, следовать инструкциям тренера-преподавателя. Немедленно эвакуировать учащихся из кабинета через имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации школы и в пожарную часть.

5. Требования безопасности после окончания занятий.

1. Привести в порядок рабочее место.

2. Все взятые для работы книги положить на место.

3. При обнаружении неисправности мебели или оборудования сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4. Выходить из кабинета только с разрешения тренера-преподавателя, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

7. Требования к кадрам, осуществляющих спортивную подготовку

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее – ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года.

Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии МБУ ДО ДЮСШШ назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

8. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса.

Тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия проводятся в учебных кабинетах, подготовленные в соответствии с требованиями и нормами САНПиНа 2.4.4.3172-14.

Минимально необходимый для реализации Программы перечень методического и материально-технического обеспечения включает в себя:

1. Для этапа начальной подготовки:

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	шахматная доска (виниловая)	штук	25
2.	фигуры (деревянные, гроссмейстерские)	комплект	25
3.	шахматные часы	штук	25
4.	доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	1
5.	классная доска	штук	1
6.	мел	штук	50
7.	шахматные программы для ПК (информационно-поисковые-игровые системы, обучающие программы)	комплект	10
8.	стол для тренера-преподавателя	штук	1
9.	стул для тренера-преподавателя	штук	1
10.	стол и стул для спортсмена	комплект	25
11.	рабочие тетради для записи	штук	25
12.	дидактический материал	штук	10
13.	диаграммы с заданиями по различным темам	штук	2500
14.	пакеты контрольных работ	штук	50
15.	турнирные таблицы	штук	70
16.	протоколы	штук	250
17.	бланки записи партий	штук	1500
18.	регистрационная ведомость участников	штук	250
19.	шахматная литература (учебники, задачки и периодика) и др.	комплект	50
20.	мат гимнастический	штук	2
21.	мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	3
22.	турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
23.	секундомер	штук	2

2. Для тренировочного этапа:

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	шахматная доска (виниловая)	штук	14
2.	фигуры (деревянные, гроссмейстерские)	комплект	14
3.	шахматные часы	штук	14
4.	доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	1
5.	классная доска	штук	1
6.	мел	штук	50
7.	шахматные программы для ПК (информационно-поисковые-игровые системы, обучающие программы)	комплект	10
8.	стол для тренера-преподавателя	штук	1
9.	стул для тренера-преподавателя	штук	1
10.	стол и стул для спортсмена	комплект	14
11.	рабочие тетради для записи	штук	14
12.	дидактический материал	штук	10
13.	диаграммы с заданиями по различным темам	штук	2200
14.	пакеты контрольных работ	штук	50
15.	турнирные таблицы	штук	70
16.	протоколы	штук	200
17.	бланки записи партий	штук	1000

18.	регистрационная ведомость участников	штук	140
19.	шахматная литература (учебники, задачки и периодика) и др.	комплект	28
20	мат гимнастический	штук	2
21	мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	3
22	турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
23	секундомер	штук	2

Место проведения тренировочных занятий соответствует установленным санитарно-эпидемиологическим, гигиеническим требованиям и правилам соревнований.

9. Литература

9.1. Рекомендуемая литература для тренеров-преподавателей:

1. Богданович Г. «Сицилианская защита. Вариант Рубинштейна 2 ... Kf6», М, 2007, 320с.
2. Богданович Г., Голенищев В. «Программа подготовки 1 разряд-КМС», М, 2004, 280с.
3. Блох М. «Комбинационное искусство». М.: 1993.
4. Блох М. «Комбинационное мотивы», М, 2006, 304 с.
5. Бондарь Л., Лившиц З. «Шахматные семестры». Минск.1984.
6. Голенищев В., Иванов В., Одесский И. «Программа подготовки 2-1 разряда», М, 2005, 328
7. Голенищев В. «Программа подготовки шахматистов 3-4 разрядов». М. 2011г. 62 с.
8. Голенищев В. «Программа подготовки шахматистов КМС». М. ФиС. 2004.
9. Гуфельд Э., Стецко О. «Сицилианская защита. Вариант Дракона», М, 2003, 476 с.
10. Дворецкий М., Юсупов А. «Секреты дебютной подготовки», 1996.
11. Дворецкий М., Юсупов А. «Техника в шахматной игре», 1996
12. Дворецкий М., Юсупов А. «Позиционная игра» Том 4. X, 260 с.
13. Дворецкий М. «Эндшпиль» Книга 1-я, Харьков, 256 с.
14. Дворецкий М., Юсупов А. «Развитие творческого мышления шахматиста» Том 5, X., 240 с.
15. Дворецкий М., Юсупов А. «Методы шахматного обучения + Тест 8x12» Том 1, X, 270 с.
16. Дворецкий М. «Комбинационная игра» Кн. 2-я, X, 256 с.
17. Дворецкий М. «Стратегия 2 Кн. 3-я, X, 264 с
18. Дорфман И. «Метод в шахматах. Динамика и статика», X, 2007, 240 с.
19. Дорфман И. «Метод в шахматах. Критически позиции». X, 2007, 216 с.
20. Журавлев Н. «Шаг за шагом». М.: ФиС.1986.
21. Иващенко С. «Сборник шахматных комбинаций». Киев. 1988.
22. Иващенко С. «Учебник шахматных комбинаций» Кн.1, 2007г.
23. Иващенко С. «Учебник шахматных комбинаций» Кн.2, М, 2008, 256 с.
24. Калиниченко Н. «Малая дебютная энциклопедия». М.: Астрель. 2003.
25. Калиниченко Н. «Дебютный репертуар атакующего шахматиста». М, 2005, 248 с.
26. Калиниченко Н. «Дебютный репертуар позиционного шахматиста», М, 2005, 240 с.
27. Калиниченко Н.М. «Большая книга шахмат» П., 2010г.,240с.
28. Калиниченко Н. «Энциклопедия шахматных окончаний», М, 2004, 712 с..
29. Калиниченко Н.М. «Полный дебютный репертуар шахматиста». М. 2009г., 462с.
30. Калиниченко Н.М. «Шахматная тактика. Начальный курс». М., 2008г., 352 с.
31. Калиниченко Н.М. «Учебник шахматной игры». М., 2006г., 552 с.
32. Калиниченко Н.М. «Шахматная стратегия. Полный курс». М., 2007г. 400 с.
33. Калиниченко Н.М. «Атака на короля. Искусство нападения». М., 2009г. 335 с.
34. Калинин А. «Сицилианская защита», Москва, 2003, 276 с.,
35. Калинин А. «Французская защита», Москва, 2003, 264 с.,
36. Карахан Ю. «Организация и судейство соревнований». М. 1977.

37. Карпов А., Подгаец М. «Защита Каро-Канн. Атака Панова», М, 2006, 320 с.
38. Карпов А. «Учитесь играть Английское начало», М, 2006, 120 с.
39. Карпов А., Калиниченко Н. «Начальный курс дебютов», М, 2007, -136+168 с.
40. Карпов А., Шингирей А. «Школьный шахматный учебник», М, 2005, 112+144 с.
41. Карпов А., Подгаец М. «Защита Каро-Канн. Закрытая и гамбитная системы. 3. е5», М, 2006, 332 с.
42. Конотоп В.А., Конотоп С.В. «Тесты по тактике для шахматистов 3 разряда», М., 2006,164 с.
43. Конотоп В.А., Конотоп С.В. «Тесты по тактике для начинающих шахматистов», М., 2005,152 с.
44. Конотоп В.А., Конотоп С.В. «Тесты по тактике для шахматистов 2 разряда», М., 2007,184 с.
45. Конотоп В.А., Конотоп С.В. «Тесты по тактике для шахматистов 1 разряда», М., 2006,174 с.
46. Костров В., Белявский Б. «Решебник – 2000 шахматных задач для 1-2 разрядов. Шахматные комбинации». С-П., 2004г., 112с.
47. Костров В.В., Рожков П.П. «Шахматный решебник. Книга А», М., 2005г., 96 с.
48. Костров В.В., Рожков П.П. «Шахматный решебник. Книга В», М., 2005г., 96 с.
49. Костров В.В., Рожков П.П. «Шахматный решебник. Книга С», М., 2005г., 96 с.
50. Костров В.В., Рожков П.П. Шахматный решебник. Книга Д», М., 2005г., 96 с.
51. Костров В.В., Давлетов Д., «Шахматный учебник для детей и родителей», М., 2009г.,126с.
52. Костров В., Белявский Б. «Решебник – 2000 шахматных задач для 1-2 разрядов. Шахматные окончания», С-П., 2004г., 112с.
53. Костьев А. «Уроки шахмат». М.: ФиС. 1984.
54. Костьев А.Н., Михайлова И.В. «Апробация информационно-коммуникативной технологии дистанционного обучения шахматам инвалидов» [Текст] / А.Н. Костьев, И.В. Михайлова // Детский тренер. – 2008. - № 1. – С. 62-71.
55. Котов А. «Как стать гроссмейстером», М, 2007, 296 с.
56. Красильникова В.А. «Информационные и коммуникационные технологии в образовании» [Текст] : учеб. пособие / В.А. Красильникова – М.: ООО «Дом педагогики», 2006. – С. 21-31.
57. Липницкий И. «Вопросы современной шахматной теории», М, 2007. 232 с.
58. Малая энциклопедия шахматных дебютов, 2-е изд, Югославия, 2003, 672 с.
59. Малянок С. «Фланговый дебют». Краснодар, 2011г., 136 с.
60. Майзелис И. «Шахматы детям». С\П. 1994.
61. Мацукевич А. «Короткие шахматы. 555 дебютных ошибок» М, 2002, 362 с.
62. Михайлова И.В. «Подготовка юных высококвалифицированных шахматистов с помощью компьютерных шахматных программ и «интернет»» [Текст]: автореф. дис. - М.: РГУФК, 2005. - 24с.
63. Нейштадт Я. «Когда не жаль ферзя», М, 2005, 272 с.
64. Нейштадт Я. «Шахматный практикум». М.: ФиС. 1980.
65. Нимцович А. «Моя система», М, 2003, 296 с.
66. Нимцович А. «Моя система на практике», М, 2004, 354с.
67. Полоудин В.А. «Обучение игре в шахматы с применением компьютерных технологий как комплексное средство повышения интеллектуальных и игровых способностей младших школьников» [Текст]: автореф. дис. - М.: РГУФК, 2007. - 23с.
68. Панов А. «Курс дебютов. Полный курс». М.: 2003.

69. Панченко А. «Теория и практика шахматных окончаний», М, 2006, 396 с.
70. Пожарский В. «Шахматный учебник». Том 1. Феникс. 1999.
71. Пожарский В. «Шахматный учебник», Р-н-Д, 2001, 416 с.
72. Пожарский В. «Шахматный учебник на практике», Р-н-Д, 2002, 384 с.
73. Правила шахмат ФИДЕ. Майорка, 2005.
74. Программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства. М.1979.
75. Сухин И.Г. «1000 самых знаменитых шахматных комбинаций». М., 2009г., 527с.
76. Сухин И. «Задачник. Мат в 1 ход. 1500 малофигурных позиций». М, 2006, 272 с.
77. Хенкин В. «1000 матовых комбинаций», М., 2002, 478 с.

9.2. Рекомендуемая литература для спортсменов

1. Журавлев Н. «Шаг за шагом». М.: ФиС. 1986.
2. Зак В. «Я играю в шахматы». М.: 1999.
3. Иващенко С. «Сборник шахматных комбинаций». Киев. 1988.
4. Пожарский В. «Шахматный учебник». Том1. Феникс. 1999
5. Правила шахмат ФИДЕ. Майорка, 2005.
6. Суэтин А. «Как играть дебют». М.: ФиС. 2004.
7. Суэтин А.С. «Путь к мастерству». М.: ФиС. 1980.
8. Сухин И.Г. «1000 самых знаменитых шахматных комбинаций». М., 2009г., 527с.
9. Сухин И. «Задачник. Мат в 1 ход. 1500 малофигурных позиций». М, 2006, 272 с.
10. Степовая Т. «Тигренок в шахматном королевстве», М, 2007, 64 с.

9.3. Список электронных ресурсов

1. Chess Assistant 12, 14 [Электронный ресурс]. - Прикладная прогр. (2 Гб). – М.; ООО "Дайв", 2008. - 1 электрон, опт. диск (DVD-ROM). - Систем, требования: ПК от Pentium IV 1000 МГц; RAM 256 Мб ; Windows 2000/XP/Vista; накопитель DVD-ROM. - Загл. с экрана.
2. СТ-ART 3.0 Программа обучения искусству шахматной тактики [Электронный ресурс]. - Прикладная прогр. (40 Мб). – М. ; ООО "Дайв", 2002. - 1 электрон, опт. диск (CD-ROM). - Систем, требования: ПК от Pentium 100 МГц; RAM 32 Мб; Windows 98/2000/XP ; 3В плата ; динамики или наушники. - Загл. с экрана.
3. Fritz 11 [Электронный ресурс]. - Прикладная прогр. (456 Мб). – GmbH.; ChessBase, 2008. - 1 электрон, опт. диск (CD-ROM). - Систем, требования: ПК от Pentium IV 1000 МГц; RAM 256 Мб; Windows 2000/XP/Vista; 3В плата ; динамики или наушники. - Загл. с экрана.
4. Динозавры учат шахматам [Электронный ресурс]. - Прикладная прогр. (60 Мб). – М. ; 1С, 2007. - 1 электрон, опт. диск (CD-ROM). - Систем, требования: ПК от Pentium III; RAM 128 Мб; Windows 98/2000/XP/Vista; 3В плата; динамики или наушники. - Загл. с экрана.

10. План спортивно-массовых мероприятий

№ п\п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Количество дней
ЮФО				
1.	6-й Международный шахматный турнир «Мемориал Карабахяна А.А.»	январь	Г.Армавир	2

2.	Этап детского кубка России «Сочи»	Июнь	Г. Сочи	10
3.	Рейтинговый турнир «Сочи»	Июнь	Г. Сочи	10
4.	Открытое личное первенство ЮФО по шахматам «Мемориал А.И. Белогородцева»	Июль	Г. Армавир	10
5.	Астраханский шахматный фестиваль в составе: детский этап Кубка России, Рейтинговый турнир, Надежды Астрахани	август	Г. Астрахань	11
6.	Этап детского Кубка России «Анапа»	август	Г. Анапа	11
7.	Кубок главы города Армавира	октябрь	Г. Армавир	3
8.	Первенство ЮФО среди юношей и девушек 11-19 лет	ноябрь	Г. Сочи	11
9.	Международный детский шахматный турнир «Кубок В.Самарканди по шахматам	По согласованию	Г. Армавир	9
Край				
10.	Первенство Краснодарского края среди мальчиков и девочек до 13 лет	февраль	С.Бжид	10
11.	Зональные соревнования чемпионата России по шахматам среди женщин	Март	Г. Армавир	9
12.	1 этап Личный открытый Кубок общественной организации «ККШФ «Кубань» по быстрым шахматам 2015 года среди мальчиков и девочек до 7 и до 9 лет.	март	с. Бжид	3
13.	Первенство Краснодарского края среди мальчиков и девочек до 11 лет, 13 лет; юноши и девушки до 15 лет, 17 лет, 19 лет	апрель	Г. Краснодар	9
14.	2 этап Личный открытый Кубок общественной организации «ККШФ «Кубань» по быстрым шахматам 2015 года среди мальчиков и девочек до 7 и до 9 лет.	март	с. Бжид	3
15.	3 этап Личный открытый Кубок общественной организации «ККШФ «Кубань» по быстрым шахматам 2015 года среди мальчиков и девочек до 7 и до 9 лет.	май	с. Бжид	3
16.	Первенство Краснодарского края среди мальчики и девочки до 9, 11 лет	июнь	С. Бжид	10
17.				
18.	Лично-командное первенство Краснодарского края	июль	Ст. Голубицкая	7
19.	Лично-командное первенство Краснодарского края по шахматам «Звездочки Кубани» среди мальчиков и девочек	октябрь	Армавир, Гоголя, 207	5
20.	4 этап Личный открытый Кубок общественной	октябрь	с. Бжид	3

	организации «ККШФ «Кубань» по быстрым шахматам 2015 года среди мальчиков и девочек до 7 и до 9 лет.			
--	---	--	--	--

Примечание: в зависимости от условий, сроки и время проведения турниров могут незначительно меняться.